

## **10. Bayerischer Selbsthilfekongress am 30.10.2015 in Würzburg**

### **Workshop 7: „Im persönlichen Kontakt überzeugen – Nachhaltige Zusammenarbeit von Selbsthilfe und Gesundheitseinrichtungen**

Impulsreferat: Manfred Marold, Moderation: Susanne Hembt

#### **Zusammenarbeit Schritt für Schritt**

##### **1. Mit wem möchten wir kooperieren?**

###### **Gesundheitseinrichtungen, die für Selbsthilfe gute Kooperationspartner sind**

- Selbsthilfekontaktstellen
- Fachärzt/innen, Allgemeinmediziner/innen, KVB
- Therapeut/innen
- Beratungsstellen
- Rehaeinrichtungen, Krankenhäuser
- Sportverbände, Rehasportgruppen
- Pflegeeinrichtungen
- Apotheken
- Volkshochschule, Bildungseinrichtungen
- Schulen, Berufsfachschulen
- Fachverlage, Fachzeitschriften, Presse, ... und weitere Einrichtungen

Wählen Sie gemeinsam als Selbsthilfegruppe eine Einrichtung (in Ihrer Region) aus, die für eine Zusammenarbeit mit Ihnen besonders geeignet und von Bedeutung ist.

##### **2. Wer macht´s?**

###### **Aus der Wohlfühlzone der eigenen Gruppe heraustreten und sich in das Abenteuer Kooperation begeben**

Gut, wenn ein Team von mehreren Personen sich auf den Weg begibt. Falls sich kein Team zusammenfindet, dann warten Sie als Gruppe, bis die Zeit reif dafür ist. Ein Kooperationsprojekt sollte eine Herausforderung und keine Überforderung (für Einzelne) sein.

Im Workshop wurden Eigenschaften zusammengetragen, die ein Teammitglied mitbringen sollte und Mut gemacht, das „Abenteuer“ zu wagen.

##### **3. Wie gehen wir es an?**

###### **Die erste Kontaktaufnahme zur Einrichtung**

Im Workshop wurden Vorüberlegungen angegangen: Kann unsere Gruppe an bereits vorhandene Kontakte anknüpfen und wer ist die erste Ansprechperson in der Einrichtung? Wie nehmen wir Kontakt auf? Welche Informationen hat meine Kontaktperson bereits über Selbsthilfe? Wir könnte auf Vorbehalte reagiert werden?

Beim ersten Kontakt ist es wichtig, sich in wenigen Worten vorzustellen, das Anliegen präzise zu formulieren und auf Nachfragen vorbereitet zu sein.

#### **4. Wir stellen uns vor**

##### **Selbsthilfe stellt sich in einem Fachteam, einer Einrichtung oder in einer Patientenrunde vor**

Im Workshop wurden praktische Hinweise detailliert für verschiedene Situationen zusammengetragen. Für alle Situationen wichtig sind folgende Aspekte:

- Zentrales Anliegen: Es gibt uns und wir wollen Ansprechpartner für euch sein!
- Fakten zur eigenen Gruppe vorstellen (wo/wann/wer/wie häufig treffen wir uns/was geschieht bei uns in einer Gruppenstunde/...).
- Eigene Erfahrungen „wohldosiert“ berichten
- Die Möglichkeiten und die Vielfalt von Selbsthilfe darstellen
- Die Grenzen der Selbsthilfe benennen
- Zentrale Aussage: „Was ist das Anliegen/das „Herz“ unserer Gruppe?“

#### **5. Wie war´s?**

##### **Nachbereitung und weitere Planung**

Bereiten Sie das Treffen über Selbstreflexion und das Einholen einer Rückmeldung von den Teilnehmern, bzw. den Fachleuten, nach. Geben Sie selbst eine Rückmeldung an die Einrichtung, um auf dieser Basis die weitere Planung anzugehen.

#### **6. Wir bleiben dran!**

##### **Die Zusammenarbeit nachhaltig festigen = die Beziehung pflegen und im Gespräch bleiben**

Wählen Sie zunächst ein bis zwei Ideen zur Zusammenarbeit aus:

- den Gruppenflyer weitergeben und/oder ein Plakat aushängen
- regelmäßige Austauschtreffen zwischen Fachleuten und Selbsthilfeaktiven (z. B. einen Arbeitskreis bilden)
- Gegenseitige Einladung zu Fachtagen, Mitgliederversammlungen, Feiern, etc.
- Gegenseitige Einladung als Referent/in
- Gemeinsame Angebote entwickeln (z. B. Infostand oder Aktion im Rahmen eines Aktionstages, gemeinsamer Fachtag, Ausstellung,...)
- Regelmäßige Sprechstunden der Selbsthilfeaktiven „Von Betroffenen für Betroffene“

Die Ideen können mit der Zeit ergänzt und erweitert werden.

Mögliches Ziel ist eine strukturierte Zusammenarbeit mit schriftlicher Dokumentation (z. B. in Form einer Kooperationsvereinbarung). Im Workshop haben wir Textbausteine vorgestellt, die in einer Kooperationsvereinbarung enthalten sein können.

Eine Anschlussveranstaltung, bei der Erfahrungen mit Kooperationen besprochen werden und detaillierter auf das Erstellen einer schriftlichen Kooperationsvereinbarung eingegangen werden kann, ist (z. B. beim nächsten Selbsthilfekongress) wünschenswert.