

Eröffnungsrede von Herrn Regierungsrat Philippe Perrenoud, Gesundheits- und Fürsorgedirektor des Kantons Bern

Eröffnung des Selbsthilfezentrums Biel vom 9. März 2010

Es gilt das gesprochene Wort!

Sehr geehrte Damen und Herren

Alzheimer, Brustkrebs, Schizophrenie, Alkoholismus, Epilepsie, Hirnverletzungen, Diabetes, POS/ADS: nein, dies ist nicht eine willkürliche Aufzählung von Krankheiten und Behinderungen. Zu all diesen Themen – und zu vielen anderen – gibt es in der Region Biel-Seeland-Berner Jura Selbsthilfegruppen. Selbsthilfegruppen für Betroffene; Selbsthilfegruppen für Angehörige.



In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die sich vorher nicht gekannt haben, regelmässig und tauschen sich aus. Denn eine Gemeinsamkeit haben sie: Sie sind direkt oder als Angehörige betroffen von einer schweren Krankheit, einer Behinderung oder einer schwierigen Lebenssituation.

Und trotz ihrer Unterschiedlichkeit sind sie mit ähnlichen Fragen und Problemen konfrontiert. Fragen, von denen Aussenstehende keine Vorstellung haben und deren Lösung auch nicht einfach im Internet ersurft oder im Lexikon nachgeschlagen werden kann.

Menschen, die sich in Selbsthilfegruppen treffen, haben den Mut gefasst, selbst aktiv zu werden.

Sie haben den Mut gefasst, die eigenen Erfahrungen mit Gleichbetroffenen auszutauschen. Sie haben sich dazu entschlossen sich Mitbetroffenen zu öffnen. Und dank ihrem Mut und ihrer Initiative lernen Sie mit und von anderen Betroffenen neue Bewältigungsstrategien.

Und damit bin ich mitten im Thema weshalb die Förderung von Selbsthilfegruppen in einem modernen Sozialstaat wichtig ist.

Ich bin sehr froh, dass in unserem Kanton **Soziales und Gesundheit** zusammen in **einer Direktion** untergebracht sind.

Denn: Schwere oder lang anhaltende gesundheitliche Probleme bergen immer die Gefahr, dass der oder die Betroffene auch sozial ins Abseits gerät. Ebenso wirken sich soziale Probleme oft negativ auf die Gesundheit eines Menschen aus. Deshalb legen wir grossen Wert darauf, Menschen mit Behinderung, chronischen Krankheiten oder sozialen Problemen ganzheitlich zu betrachten.

Und nicht nur die Direktbetroffenen brauchen Unterstützung oder Hilfe, ihre Angehörigen meist auch. Dies geht leider immer noch zu oft vergessen. Ganzheitliche Betrachtung heisst für uns deshalb, das Umfeld eines Menschen, insbesondere seine Angehörigen, einzubeziehen.

Das Gesundheits- und Sozialwesen stehen heute unter immensem Druck;

- unter Kostendruck vor allem,
- und unter dem Druck, den vielfältigsten Bedürfnissen und Ansprüchen gerecht zu werden.

Vor lauter „Effizienz“ (was auch immer darunter verstanden wird) geht der einzelne Mensch schnell vergessen. Er wird zum Fall. Seine Krankheit, seine Sucht, sein Leiden wird zwar fachlich korrekt und professionell behandelt. Aber vieles darum herum wird nicht beachtet.

Die moderne Medizin ist hochspezialisiert und technisiert. Zum Glück! Viele Krankheiten und Behinderungen können dadurch geheilt oder zumindest gelindert werden.

Zugleich überfordert dies aber viele von uns Laien. Dann fühlen wir uns allein, unverstanden, hilflos, ausgeliefert. Das ist nicht die Schuld der Fachleute in Medizin oder Sozialwesen. Das ist Folge des Kosten- und Effizienzdruckes und der Personalknappheit.

Hier braucht es Selbsthilfegruppen. In der Gemeinschaft mit Menschen, die „das Gleiche haben“, lassen sich Gefühle, Sorgen und Ängste auf gleicher Ebene austauschen.

Das können Selbsthilfegruppen leisten.

Es braucht beides. Wir brauchen diese zwei grundverschiedenen Angebote:

- die spezifische, fachlich qualifizierte, professionelle Hilfe auf der einen Seite
- das zwischenmenschliche Aufgehoben- und Getragensein unter Gleichbetroffenen auf der anderen Seite.

Allgemein anerkannt ist, dass Selbsthilfegruppen eine unverzichtbare Ergänzung zu den professionellen Angeboten insbesondere im Gesundheitswesen darstellen.

Patientinnen und Patienten sowie ihre Angehörigen, die sich in einer Selbsthilfegruppe engagieren, werden von den medizinischen und sozialen Fachpersonen sehr geschätzt. Sie sind nämlich besser informiert und selbstbewusster. Dies erleichtert den Therapieprozess und führt zu besseren Behandlungsergebnissen.

Selbsthilfegruppen sind also **von grossem Wert:**

- für diejenigen, die sich darin engagieren

- für ihr privates und soziales Umfeld

- für ihre Partner in Medizin und Sozialwesen

- für ein besseres und auch kostengünstigeres Gesundheits- und Sozialwesen

- für die Gesellschaft als Ganzes.

Meine Damen und Herren, ich habe als Psychiater und ehemaliger Klinikleiter selbst erlebt, welche Entwicklungen psychisch erkrankte Menschen machen können, die sich in einer Selbsthilfegruppe engagieren. Mir sind Erfahrungen von Menschen mit Psychosen bekannt, die den steinigen Weg der Selbsthilfe gegangen sind. Sie haben den Mut gefasst, selbst aktiv zu werden und die eigenen Erfahrungen mit Gleichbetroffenen auszutauschen.

Sie haben sich dazu entschlossen, auf gleicher Ebene sich Mitbetroffenen gegenüber anzuvertrauen.

Sie haben Bewältigungsstrategien gelernt. Ich habe Menschen kennengelernt, die auf eine intensive Auseinandersetzung in der Selbsthilfegruppe zurückblickten.

Menschen, die in der Gruppe entscheidende Erfahrungen machen konnten und zu einem stabileren Leben zurück gefunden haben. Ihr Leben wieder eigenständiger gestalten konnten.

Aber wieso brauchen Selbsthilfegruppen Unterstützung?

Und in welcher Form?

Und von wem?

Selbsthilfegruppen basieren doch auf Eigeninitiative; auf dem Engagement der Betroffenen. Ja mehr noch: das Wesen der Selbsthilfegruppe ist doch gerade, dass die

Mitglieder sich untereinander gegenseitig helfen. Warum braucht es da noch Profis? Die Einmischung von Profis ist doch gerade in der Gruppe nicht erwünscht.

Warum braucht es also Zentren? Warum können sich Interessierte nicht auf einer Internetplattform finden?

Selbsthilfegruppen brauchen Unterstützung:

- Gerade für hilfebedürftige Menschen ist es nicht so einfach, Gleichbetroffene zu finden. Es ist wichtig, dass die Hürden nicht zu gross sind. Es ist wichtig, dass alle Zugang zur Information haben. Wer Anschluss an eine bestehende Selbsthilfegruppe sucht, muss irgendwie herausfinden können, dass es diese gibt.
- Die Gründung einer Gruppe stellt einen Prozess dar; einen Prozess, der Beratung und handfeste Unterstützung erfordert.
- Jede Selbsthilfegruppe braucht einen geeigneten Ort, um sich zu treffen. Ein Raum kostet Miete, es braucht also Geld.
- Mit fremden Menschen über die eigenen Probleme zu sprechen braucht nicht nur Mut und persönliche Reife. Manchmal braucht es auch fachliche Unterstützung dazu, die einem neue Wege weist.

Diese **Leistungen**, dieses **Knowhow** und auch die nötige **Infrastruktur** stellen Selbsthilfezentren zur Verfügung. Sie stehen den Selbsthilfegruppen mit Rat und Tat zur Verfügung.

Das ist sehr wichtig. Wir wissen aus der Forschung, dass es **nur dort** genügend Selbsthilfegruppen gibt, **wo entsprechende Zentren** mit ausreichender Kapazität **Unterstützung anbieten**.

Oder wie Frau Silvia Rindlisbacher, die Leiterin des Selbsthilfezentrums in Thun, 2003 im Thuner Tagblatt kurz und prägnant formulierte: „Die Gruppen versanden sonst.“

Selbsthilfezentren brauchen für ihre Aufgaben als Ressourcenzentren, Koordinations- und Beratungsstellen natürlich Geld. Im Verhältnis zu ihrer Wirkung gar nicht viel, aber dennoch ...

Der Kanton Bern leistet namhafte jährliche Beiträge für Errichtung und Betrieb von Selbsthilfezentren.

Dahinter steht unsere **Wertschätzung** für die geleistete Arbeit.

Dahinter steht das **Wissen**, dass Selbsthilfegruppen wichtig und wertvoll sind.

Dahinter steht unsere **Überzeugung**, dass dank Selbsthilfegruppen Kosten im Gesundheits- und Sozialwesen vermieden werden.

Heute verfügt der Kanton Bern mit den vier Selbsthilfezentren in Thun, Bern, Burgdorf und Biel/Bienne über flächendeckende Koordinationsstrukturen.

Darauf bin ich stolz.

Ganz besonders freue ich mich darüber, dass mit der Eröffnung des Zentrums hier in Biel auch der französischsprachige Kantonsteil eingebunden ist. Nicht nur, aber gerade in Selbsthilfegruppen ist es wichtig, dass man sich in seiner Muttersprache ausdrücken kann.

Das grosse Engagement des Kantons Bern für die Selbsthilfe hat zwei wichtige Ziele:

1. Es ermöglicht die Finanzierung der Selbsthilfezentren und somit sowohl deren Arbeit wie auch diejenige der Selbsthilfegruppen.
2. Wird es auch dazu führen, dass das Prinzip der Selbsthilfe in der Bevölkerung in Zukunft noch mehr Beachtung und

Anerkennung finden wird. Das grosse Engagement der Gruppen selbst, wie auch der Kontaktstellen und der KOSCH haben hier schon viel bewirkt.

Arbeiten wir weiterhin gemeinsam daran, liebe Anwesende, der Selbsthilfe den ihr gebührenden Platz in unserer Gesellschaft und in unserem Gesundheits- und Sozialwesen zu schaffen und zu garantieren.

Insofern möchte ich Frau Renate Lüking und Herrn Klaus Vogelsänger, welche unter dem Titel 'Das Ziel ist erreicht...' referiert haben, entgegenen:

Ein Ziel ist erreicht, **ein sehr wichtiges** sogar, aber es gibt noch viele weitere, die wir gemeinsam erreichen wollen und können – ich habe sie vorhin erwähnt.

Ich fordere deshalb alle, die sich für die Selbsthilfe engagieren, auf: führen Sie ihre wertvolle Arbeit weiter!

- Sei es als Mitglied einer Selbsthilfegruppe,
- sei es unterstützend in einem Zentrum,
- sei es bei der KOSCH
- und schliesslich: bleiben Sie engagierte Partner für uns von Politik und Verwaltung. Zeigen Sie uns immer wieder, welche Unterstützung und Förderung die Selbsthilfe von staatlicher Seite benötigt, damit wir weiterhin unseren Beitrag leisten können.

So können wir alle gemeinsam einen wichtigen Beitrag zu einem modernen, gut funktionierenden Gesundheits- und Sozialwesen in unserem Kanton leisten.

So können wir alle gemeinsam Menschen unterstützen, die Hilfe benötigen und den Mut und die Energie aufbringen, sich nicht nur helfen zu lassen, sondern sich auch selbst zu helfen.