

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>9</b>
<b>Abkürzungsverzeichnis</b>	<b>12</b>
<b>Zusammenfassung</b>	<b>13</b>
<b>1 Einleitung</b>	<b>15</b>
<i>Hakim Ben Salah, René Knüsel</i>	
1.1 Kontext der Studie	15
1.2 Gemeinschaftliche Selbsthilfe: Zentrale Begriffe und Zahlen	17
1.3 Die unterschiedliche Entwicklung der Selbsthilfe je nach kulturellem Kontext	21
1.4 Gliederung der Studie	25
<b>2 Verbreitung und Entwicklung der Selbsthilfegruppen in der Schweiz</b>	<b>31</b>
<i>Christine Mühlebach, Elena Scozzari, Jürgen Stremlow, Lucia M. Lanfranconi</i>	
2.1 Fragestellungen und Vorgehensweise	31
2.1.1 Verbreitungsanalyse	31
2.1.2 Grenzen der Datengrundlage	32
2.1.3 Explorative Analyse des Selbsthilfe-Angebots im Internet	33
2.1.4 Verwendete Kennzahlen	34
2.2 Die Verbreitung und Entwicklung im interkantonalen Vergleich	38
2.2.1 Anzahl und Dichte	38
2.2.2 Thematische Ausrichtung	42
2.2.3 Zielgruppen	47
2.3 Grenzen der zur Verfügung stehenden Datengrundlage	49
2.4 Neue Formen gemeinschaftlicher Selbsthilfe: Neue Medien und Internet – Verbreitung und Entwicklung	53
2.4.1 Virtuelle Selbsthilfegruppen und behandelte Themen	54
2.4.2 Zweck der virtuellen Selbsthilfegruppen	55
2.4.3 Struktur und Funktionsweise der Online-Selbsthilfegruppen	56
2.4.4 Merkmale der virtuellen Gruppen: ein Potenzial für die Teilnahme von Einzelpersonen	57
2.4.5 Nutzen der virtuellen Selbsthilfegruppen	59
2.5 Zusammenfassung	60

<b>3 Aktivitäten, Wirkungen und Grenzen der Selbsthilfegruppen in der Schweiz</b>	<b>65</b>
<i>Hakim Ben Salah, Elena Scozzari</i>	
3.1 Inhalt und Aufbau	65
3.2 Ziele der Erhebungsschritte und angewendete Methoden	66
3.2.1 Befragung der Selbsthilfegruppenmitglieder	67
3.2.2 Befragung von Fachpersonen im Sozial- und Gesundheitsbereich	72
3.3 Ergebnisse	73
3.3.1 Porträt der Befragten und der Selbsthilfegruppenmitglieder	73
3.3.2 Eigenschaften der Selbsthilfegruppen	80
3.3.3 Aktivitäten in Selbsthilfegruppen	89
3.3.4 Nutzung des Dienstleistungsangebots der Selbsthilfezentren	97
3.3.5 Bedeutung der Gruppenbeteiligung und wahrgenommene Wirkung	103
3.3.6 Schwierigkeiten und Grenzen der Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe	123
3.3.7 Zusammenarbeit zwischen den Gruppen und den Fachpersonen aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich	129
3.4 Zusammenfassung	136
 <b>4 Institutionelle Vernetzung und Bedeutung von Selbsthilfe Schweiz und der Selbsthilfezentren</b>	 <b>139</b>
<i>Fabian Berger, Lucia M. Lanfranconi</i>	
4.1 Ziele, Fragestellungen und Aufbau des Kapitels	139
4.2 Methoden	140
4.3 Stiftung Selbsthilfe Schweiz	143
4.3.1 Institutionelle Situation der Stiftung Selbsthilfe Schweiz	145
4.3.2 Dienst- und Koordinationsleistungen der Stiftung Selbsthilfe Schweiz	145
4.3.3 Vernetzung der Stiftung Selbsthilfe Schweiz	147
4.4 Selbsthilfezentren	151
4.4.1 Institutionelle Situation der Selbsthilfezentren	152
4.4.2 Aufgaben der Selbsthilfezentren	164
4.4.3 Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe Schweiz und den Selbsthilfezentren	169
4.4.4 Zusammenarbeit zwischen den Selbsthilfezentren	171
4.4.5 Zusammenarbeit mit Fachstellen	173
4.4.6 Zusammenhang zwischen Selbsthilfezentren und Selbsthilfegruppen	178
4.4.7 Förderliche und hinderliche Faktoren	181
4.5 Zusammenfassung	185
 <b>5 Schlussfolgerungen und Empfehlungen</b>	 <b>189</b>
<i>Lucia M. Lanfranconi, Jürgen StremLOW</i>	
5.1 Verbreitung, Entwicklung und Merkmale der Selbsthilfegruppen	190
5.1.1 Die aktuelle Verbreitung der Selbsthilfegruppen	190
5.1.2 Entwicklungen in den letzten zehn Jahren	193
5.1.3 Merkmale der Selbsthilfegruppenteilnehmenden und der Selbsthilfegruppen	195

5.2	Bedeutung, Nutzen und Grenzen der gemeinschaftlichen Selbsthilfe	197
5.2.1	Bedeutung, Nutzen und Grenzen von Selbsthilfegruppen auf der Ebene der daran Teilnehmenden (Mikroebene)	197
5.2.2	Institutionelle Situation der Selbsthilfeförderung (Mesoebene)	201
5.2.3	Bedeutung auf gesellschaftlicher Ebene (Makroebene)	205
5.3	Empfehlungen zur Förderung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe	207
5.3.1	Politik	207
5.3.2	Leistungserbringende und Fachpersonen	209
5.3.3	Forschungsbedarf	213

---

<b>Anhang</b>	<b>215</b>
---------------	------------

---

<b>6 Anhang zu Kapitel 2: Themenkategorisierung der Selbsthilfegruppen</b>	<b>217</b>
--	------------

---

<b>7 Anhang zu Kapitel 4: Tabellenverzeichnis</b>	<b>223</b>
---	------------

---

7.1	Steckbrief Selbsthilfe Schweiz	223
7.2	Steckbrief der Selbsthilfezentren nach Regionen	224
7.2.1	Kanton Aargau	225
7.2.2	Kanton Bern	227
7.2.3	Region Basel-Stadt und Basel-Land	230
7.2.4	Kanton Graubünden	233
7.2.5	Kanton Jura	236
7.2.6	Region Luzern, Obwalden und Nidwalden	239
7.2.7	Kanton Neuenburg	242
7.2.8	Region St. Gallen, Appenzell Innerrhoden und Appenzell Ausserrhoden	245
7.2.9	Kanton Solothurn	248
7.2.10	Kanton Schwyz	251
7.2.11	Kanton Tessin	254
7.2.12	Kanton Thurgau	257
7.2.13	Region Waadt, Wallis, Genf und Freiburg	260
7.2.14	Kanton Zug	263
7.2.15	Region Zürich Winterthur	266
7.2.16	Region Zürich Stadt und Umgebung	269
7.2.17	Region Zürcher Oberland	272

---

<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>275</b>
-----------------------------	------------

---

<b>Über die Autorinnen und Autoren</b>	<b>283</b>
--	------------

---

<b>Sachwortverzeichnis</b>	<b>287</b>
----------------------------	------------

---