

Kärntner Selbsthilfegruppen trotz dem Coronavirus

Der DV Selbsthilfe Kärnten fragte nach...

Im Zeitraum von Februar 2021- März 2021 wurden 58 Kontaktpersonen von Kärntner Selbsthilfegruppen, die vor der COVID-19-Pandemie zumindest einmal im Monat Gruppentreffen gehabt haben, zu den Gruppenaktivitäten telefonisch befragt. Ziel der Befragung durch den DV Selbsthilfe Kärnten war es, einen objektiven Eindruck der momentanen Situation der Gruppen zu erhalten und abbilden zu können. Weiters wurde der persönliche Kontakt mit den einzelnen Selbsthilfegruppen in den Mittelpunkt gestellt sowie Unterstützung im administrativ/organisatorischen Bereich angeboten.

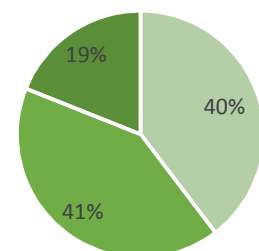
Es wurden sowohl Fragen über die Bedeutung des Erfahrungs- und Informationsaustausch im Rahmen eines realen Gruppentreffens gestellt als auch die Umstellung und Akzeptanz des virtuellen Formates thematisiert. Zusätzlich wurde nach Sorgen um den Weiterbestand der Selbsthilfegruppe gefragt und genauer beleuchtet.

Folgende Fragen wurden u.a. gestellt:

1. *Wie wichtig wäre es für Sie und Ihre GruppenteilnehmerInnen, in der momentanen Situation wieder persönliche Treffen durchführen zu dürfen? Wie wichtig sind die persönlichen Gespräche?*
2. *Würden Sie unter bestimmten gesetzlichen Voraussetzungen wieder reale Gruppentreffen durchführen?*
3. *Haben Sie die Gruppenaktivitäten bereits auf ein virtuelles Format umgestellt und werden Zoom, WhatsApp etc. oder telefonische Unterstützung von den GruppenteilnehmerInnen akzeptiert und genutzt?*
4. *Haben Sie Sorgen um den Weiterbestand ihrer Selbsthilfegruppe?*

58 Kontaktpersonen von Kärntner Selbsthilfegruppen kamen zu bewegenden Ergebnissen. Die Altersverteilung lag zu gleichen Teilen bei der Altersgruppe 40-55 Jahre sowie 56-70 Jahre. 19% der Befragten waren über 70 Jahre alt. Wenn man hierzu bedenkt, dass sich die Kommunikationskanäle durch COVID-19 stark in den virtuellen Bereich verschoben haben, ist es umso mehr hervorzuheben, wie hoch die Lernbereitschaft auch bei den höheren Altersgruppen ist.

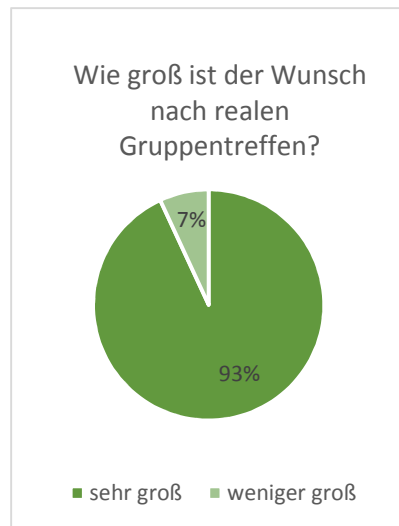
Altersaufteilung
GruppenleiterInnen



■ 40-55 Jahre ■ 56-70 Jahre ■ über 70 Jahre

Persönliche Gespräche

Die Kernfunktionen der Selbsthilfe, nämlich aufzufangen, zu ermutigen, zu informieren, zu orientieren und zu unterhalten sind durch die COVID-19-Maßnahmen stark eingeschränkt und beeinträchtigt. Daher ist es, wie die Ergebnisse zeigen, unumstritten, wie wichtig der persönliche Erfahrungsaustausch in der Selbsthilfe ist. 88% aller Kontaktpersonen betonen die Wichtigkeit der persönlichen Treffen. 93% der Kontaktpersonen, welche als Sprachrohr für die gesamte Gruppe fungieren, bestätigen den großen Wunsch nach realen Treffen.



Viele Angebote und Veranstaltungen mussten abgesagt werden. Auch Eltern berichten, dass sich Kinder und Jugendliche die realen Treffen schon sehr wünschen. „Der Halt, den eine Selbsthilfegruppe bietet und die damit verbundene Entlastung im Alltag, fehlt auch den Angehörigen von Betroffenen sehr stark“, berichten einige Kontaktpersonen.

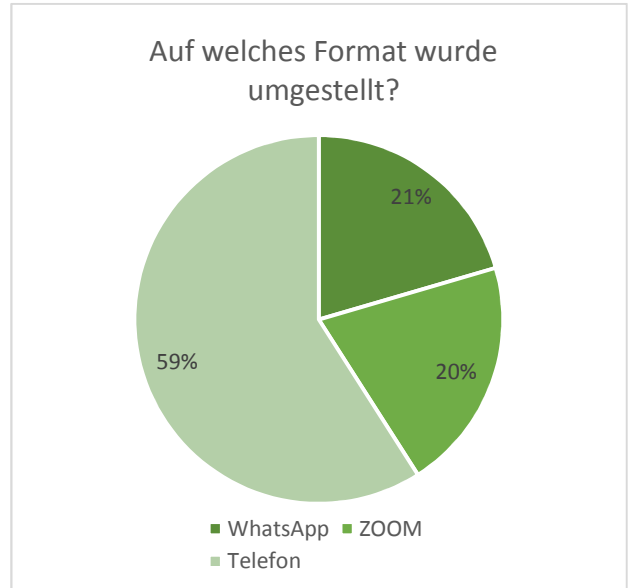


Virtuelles Format und neue Möglichkeiten

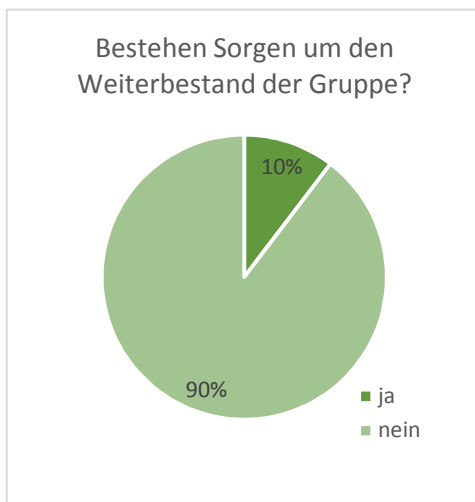
Doch es wurden auch neue Wege beschritten, ganz nach dem Motto „Wo ein Wille, da ein Weg!“ 91% aller Kontaktpersonen fanden alternative Möglichkeiten, um Kontakte weiterhin zu pflegen und den Erfahrungs- und Informationsaustausch aufrechtzuerhalten. Denn vor allem bei der älteren Generation kann ein Kontaktverlust schnell zu Isolation und Vereinsamung führen.

Unter den neuen Möglichkeiten finden sich nicht nur WhatsApp, Zoom oder Telefongespräche, sondern auch Spaziergänge, Briefe, Postaussendungen, Einzeltreffen, Videotelefonie oder E-Mail-Kontakte.

Mehr als die Hälfte nutzt die Telefongespräche für den Kontakt zu den anderen GruppenteilnehmerInnen und ein Fünftel der Befragten konnte ihre Treffen erfolgreich über Zoom abhalten. Dies bestätigt die Tatsache, dass wenn die Möglichkeiten für das Erlernen neuer Möglichkeiten bereitgestellt werden und auch die technische Ausstattung bei den Kontaktpersonen sowie GruppenteilnehmerInnen vorhanden ist, es viele neue Chancen zur Weiterentwicklung gibt – sowohl in der jungen als auch in der älteren Generation.



Sorgen um den Weiterbestand



Erfreulich ist, dass die Mehrheit (90%) aller Kontaktpersonen sich keine Sorgen um den Weiterbestand ihrer Selbsthilfegruppe macht und der Zukunft der Selbsthilfe sehr positiv entgegenblickt – trotz knapper Ressourcen, eigener Betroffenheit und Planungsunsicherheiten.

Die Kontaktpersonen geben an, „motiviert“ zu sein und freuen sich „auf eine bessere Zeit“, wo Gruppentreffen und Veranstaltungen auch wieder ohne große Einschränkungen möglich sein werden.

Zusammenfassend ist zu sagen, dass trotz der schwierigen Situation, in der sich die Selbsthilfegruppen befinden sowie der starken Einschränkungen, das Engagement und die Motivation der Kontaktpersonen überwiegen. Die Hürden werden mit großartigem Einsatz überwunden und neue Wege sowie neue Möglichkeiten des Erfahrungs- und Informationsaustausches gefunden – und dies völlig generationsunabhängig. Trotzdem ist natürlich der persönliche Austausch ein zentrales Element in der Selbsthilfe und kann niemals durch den virtuellen Bereich ersetzt werden.

Die Gruppen wünschen sich jedenfalls, vom DV Selbsthilfe Kärnten aktuelle Informationen zur Entwicklung der Selbsthilfe zu erhalten. Es wurde mehrfach von den Kontaktpersonen berichtet, welche große Unterstützung u.a. der administrativ/organisatorische Bereich für sie und die TeilnehmerInnen darstellt. Dies ist nur eine der vielen Aufgaben, welche der Dachverband für die Selbsthilfe leistet und den großartigen Einsatz der Kontaktpersonen sowie GruppenteilnehmerInnen wertschätzt und unterstützt.