

# KPPP ALS SELBSTHILFEFREUNDLICH AUSGEZEICHNET



Für die transparente Information über das Angebot an gemeinschaftlicher Selbsthilfe und für die Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen wurde die KPPP von Selbsthilfe Schweiz als selbsthilfefreundlich ausgezeichnet. Dies ist eine Wertschätzung für den bisherigen Einsatz und Motivation für den Ausbau des Engagements.

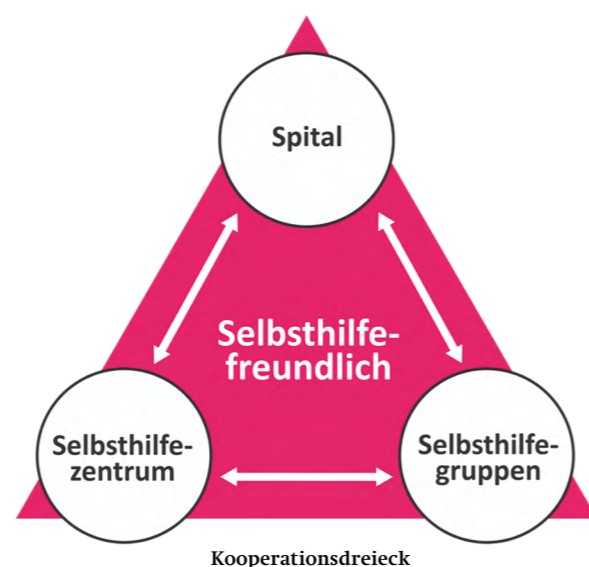
TEXT: NADIA MAURER, STV. GESCHÄFTSLEITERIN SELBSTHILFE ZÜRICH; BILDER: SELBSTHILFE SCHWEIZ

Der Auszeichnung ging ein über zweijähriges Engagement im Rahmen des nationalen Projekts «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler» voraus. Kern des Projekts ist die Zusammenarbeit im sogenannten Kooperationsdreieck zwischen einem Spital/einer psychiatrischen Klinik, Selbsthilfegruppen und dem zuständigen Selbsthilfezentrum. Im Fall der KPPP unterstützt das Selbsthilfezentrum «Selbsthilfe Zürich» durch die regionale Projektleitung die Zusammenarbeit der Klinik mit Betroffenen- und Angehörigen-Selbsthilfegruppen. Grundlage ist eine Kooperationsvereinbarung zwischen der KPPP und Selbsthilfe Zürich, aufgrund derer sich die KPPP verpflichtet, die sechs Qualitätskriterien zur Selbsthilfefreundlichkeit zu erfüllen:

1. Die Selbstdarstellung der Selbsthilfe wird ermöglicht.
2. Über die mögliche Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe wird zum geeigneten Zeitpunkt informiert.
3. Über die Zusammenarbeit zwischen den Selbsthilfegruppen, dem Selbsthilfezentrum und dem Spital/der psychiatrischen Klinik wird informiert.
4. Es existiert eine Ansprechperson im Spital/in der psychiatrischen Klinik für die Selbsthilfe.
5. Der Informations- und Erfahrungsaustausch zwischen den Selbsthilfegruppen, dem Selbsthilfezentrum und dem Spital/der psychiatrischen Klinik ist gewährleistet.
6. Die Partizipation von Selbsthilfegruppen wird ermöglicht.

Zu jedem Qualitätskriterium werden Massnahmen definiert und umgesetzt. So zum Beispiel die Ernennung von zwei Selbsthilfeverantwortlichen (Standorte Lengg/Rheinau und Militärstrasse) als Ansprechpersonen für interne wie externe Anspruchsgruppen für Belange der gemeinschaftlichen Selbsthilfe, das Ermöglichen und Koordinieren von Inhouse-Meetings von Selbsthilfegruppen, die Präsenz der Selbsthilfe auf der Website und im PUNKTUELL sowie die regelmässige Information von Fachpersonen und Patientinnen und Patienten sowie deren Angehörigen zum Angebot an Selbsthilfegruppen. Letztere erfolgt zum Beispiel durch das

gut etablierte Infocafé Selbsthilfe an der Militärstrasse, einem niederschweligen Informations- und Beratungsangebot für Patientinnen und Patienten sowie interne Fachpersonen. Der Austausch zwischen Fachpersonen der KPPP und Selbsthilfegruppen konnte unter anderem durch die Beteiligung letzterer an Evaluationsprojekten und Studien sowie durch Besuche von Fachpersonen in Selbsthilfegruppen-Treffen gefördert werden.



Die Auszeichnung als selbsthilfefreundliche Klinik ist eine Wertschätzung für das bisherige Engagement von Fachpersonen der KPPP und Selbsthilfegruppen. Und wenngleich schon vieles erreicht wurde, so ist für alle Beteiligten klar: Die Kooperation birgt noch viel Potenzial, um die Zusammenarbeit zu intensivieren und die Selbsthilfefreundlichkeit der KPPP weiterzuentwickeln. ●

## Selbsthilfegruppen können Schwellen abbauen

«Psychische Erkrankungen sind oft nicht sichtbar und werden häufig von der Umgebung nicht als Erkrankung wahr- und ernstgenommen. Sie stigmatisieren die Betroffenen und lassen sie oft mit sich und ihren Problemen allein.

Die Behandlung von psychischen Erkrankungen in der Schweiz ist sehr gut aufgestellt und organisiert. Integrierte Behandlungsketten mit ambulanten, aufsuchenden, tagesklinischen und stationären Angeboten stellen einen grossen Teil des Therapiebedarfs sicher. Allerdings ist für viele Patientinnen und Patienten die Schwelle, diese Therapieangebote anzunehmen, recht hoch.

Selbsthilfegruppen können hier eine grosse Bedeutung haben. Sie zeigen Betroffenen auf, dass sie nicht allein sind und dass es wirksame Behandlungsmöglichkeiten gibt. Selbsthilfegruppen vermitteln ein Gefühl von Eingebettetsein und damit Stärke und ein Gefühl von Selbstwirksamkeit. Aus diesem Grund arbeitet die KPPP eng und gut mit verschiedenen Selbsthilfegruppen zusammen. Sie ist Selbsthilfe Schweiz dankbar für ihre wichtige Arbeit im Dienste von psychisch erkrankten Menschen und stolz auf das verliehene Label selbsthilfefreundliches Spital.»

Prof. Erich Seifritz, Klinikdirektor

## Ein sinnvolles, ergänzendes Angebot

«Aus der Kooperation mit Selbsthilfe Zürich und anderen Akteuren aus der gemeinschaftlichen Selbsthilfe entstand ein ergänzendes externes Angebot, welches trotzdem mit der PUK verbunden ist. In Selbsthilfegruppen können Patientinnen und Patienten im Austausch mit Gleichbetroffenen ihre Geschichte teilen und sie damit reflektieren. Manchen fällt es einfacher, sich in einem solchen Rahmen zu öffnen. Selbsthilfegruppen stellen daher eine sinnvolle Ergänzung zur Betreuung durch eine Fachperson dar. Als Selbsthilfeverantwortlicher für das ZSP bin ich Ansprechperson für Anliegen rund um das Thema der gemeinschaftlichen Selbsthilfe und koordiniere und unterstütze die Massnahmen zur Selbsthilfefreundlichkeit wie zum Beispiel das Infocafé Selbsthilfe.»

Heinz Seyfried, dipl. Pflegefachmann

## Ich habe nicht an Selbsthilfegruppen gedacht

«Ich weiss nicht, ob ich noch am Leben wäre, wenn ich Narcotics Anonymous (NA) nicht kennengelernt hätte. Als ich meinen stationären Aufenthalt in der PUK antrat, tat ich das im festen Glauben, dass ich nun ins Spital gehe und geheilt werde. Ans Nachher dachte ich nicht. Selbsthilfegruppen fand ich eine komische Einrichtung. Ich hielt nicht viel davon. Im Rahmen der Suchtgruppe, welche fester Bestandteil im Behandlungsplan ist, stellte sich NA vor. Da wurde ich ein erstes Mal neugierig. Aber erst ein Inhouse-Meeting, welches ich in der PUK besuchen konnte, zeigte mir, welchen Weg ich nach der Entlassung gehen wollte. Heute bin ich clean und engagiere mich bei NA. Ich arbeite im Projekt «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler» mit, weil ich überzeugt bin, dass Selbsthilfegruppen eine grosse Hilfe sind, nach der Entlassung stabil zu bleiben. Es ist mir ein Anliegen, dass alle davon wissen.»

Stefan, Narcotics Anonymous



## Selbsthilfegruppen sensibilisieren auf die Selbstwirksamkeit

«Ich engagiere mich seit Beginn der Kooperation im Projekt «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler». Als Selbsthilfeverantwortliche bin ich für die Standorte Lengg und Rheinau zuständig. Ich bin Ansprechperson für Belange der gemeinschaftlichen Selbsthilfe und koordiniere die Umsetzung der definierten Massnahmen wie zum Beispiel die Inhouse-Meetings von Alcoholics Anonymous und Narcotics Anonymous. Zudem organisiere ich gemeinsam mit meinem Team von Sozialarbeitenden die regelmässige Information der Fachpersonen auf den Stationen über das Angebot an Selbsthilfegruppen. Die Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen und Selbsthilfe Zürich ist ein wichtiges ergänzendes Angebot auf dem Weg der Genesung psychisch kranker Menschen und sensibilisiert auf deren Selbstwirksamkeit im Umgang mit ihrer Krankheit.»

Marlis Baumeler, Leiterin Soziale Arbeit



WIR SIND  
**SELBSTHILFEFREUNDLICH**

Selbsthilfeverantwortlicher Zentrum für Soziale Psychiatrie (ZSP):

Heinz Seyfried, dipl. Pflegefachmann,  
044 296 74 60, heinz.seyfried@pukzh.ch

Selbsthilfeverantwortliche Standorte Lengg und Rheinau:

Marlis Baumeler, Leiterin Soziale Arbeit,  
058 384 33 46, marlis.baumeler@pukzh.ch

Projektleitung «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler» Region Zürich:

Nadia Maurer, stv. Geschäftsleiterin  
Selbsthilfe Zürich, 043 819 39 17,  
nadia.maurer@selbsthilfezuerich.ch

Weitere Informationen:  
[www.selbsthilfezuerich.ch](http://www.selbsthilfezuerich.ch)

