

SELBSTHILFE TRIFFT PSYCHOTHERAPIE

Was können Selbsthilfegruppen und Psychotherapeuten voneinander erfahren und lernen? Unter dem Motto „Selbsthilfe trifft Psychotherapie“ haben KVB, SeKo Bayern und die Bayerische Psychotherapeutenkammer (PTK Bayern) am 11. Oktober Betroffene aus der Selbsthilfe sowie Mitarbeiter der Selbsthilfekontaktstellen zu einem lebendigen Informationsaustausch mit Psychotherapeuten und Ärzten nach München eingeladen.

Die Selbsthilfekoordination (SeKo) Bayern mit Sitz in Würzburg ist eine Netzwerkeinrichtung, die das Thema Selbsthilfe in Bayern fördern und voranbringen möchte. Ein wichtiges Mittel hierfür sind Veranstaltungen, die sich an Berufsgruppen aus dem Gesundheitsbereich wenden und diese mit Betroffenen aus der Selbsthilfe und Mitarbeitern aus Selbsthilfekontaktstellen zusammenbringen.

Selbsthilfe trifft Psychotherapie

125 Teilnehmer – die Hälfte von ihnen Psychotherapeuten, Ärzte und Vertreter weiterer Berufsgruppen aus dem Gesundheitsbereich und die andere Hälfte Vertreter von Selbsthilfegruppen und -kontaktstellen aus ganz Bayern – sind der Einladung der Initiatoren gefolgt, um sich auszutauschen.

Drei Vorträge ermöglichten einen guten theoretischen und praktischen Einstieg ins Thema. Zunächst stellte die Professorin für angewandte Sozialwissenschaften, Gabriela Zink, von der Hochschule München die gesellschaftliche Bedeutung und Wirkweise von Selbsthilfe vor. Anschließend berichtete Christian Schabel-Blessing von TransMann e. V. sehr authentisch

von seinem persönlichen Weg in die Selbsthilfe. Schließlich erläuterte Prof. Dr. phil. Monika Sommer, Psychologische Psychotherapeutin und Vorstandsmitglied der PTK Bayern aus Regensburg, die Unterschiede von Psychotherapie und Selbsthilfe.

Im Anschluss präsentierten die Vertreter der neun Infopoints jeweils drei Minuten lang die wichtigsten Gründe, weshalb sich die Veranstaltungsteilnehmer gezielt an ihrem Stand informieren sollten. In einem knapp einstündigen „Gallerywalk“ wurde dieses Angebot sehr rege genutzt. Hier gab es die Möglichkeit, sich mit Betroffenen und Angehörigen von drei Selbsthilfegruppen beziehungsweise -initiativen auszutauschen (MASH – Münchner Angstselbsthilfe, TransMann e. V., bundesweit gemeinnütziger Verein für Frau-zu-Mann Trans- und Inter-Personen, Selbsthilfegruppe Depression).

Drei Infopoints klärten über Zugangswege zur Psychotherapie, sowie über Möglichkeiten und Grenzen der Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe auf. Drei andere Infopoints informierten über Selbsthilfefreundlichkeit im Krankenhaus, zum Thema „Was ist Selbsthilfe und was nicht?“ sowie zur



wichtigen Netzwerkarbeit von Selbsthilfekontaktstellen.

Die Evaluation im Anschluss der Veranstaltung ergab sehr gute Bewertungen und kann ebenso wie das Programm und die Vorträge unter www.seko-bayern.de eingesehen werden.

Gefördert wurde diese Veranstaltung vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege im Rahmen des Projektes „Zusammenarbeit mit Gesundheitsberufen“ sowie von der KVB und der PTK Bayern.

Irena Tezak, Projektleitung und stv. Geschäftsführerin SeKo Bayern

Das Organisationsteam und die Referenten:
Dr. med. Angela Lütke,
Prof. Dr. Gabriela Zink,
Michael Stahn,
Elisabeth Benzing,
Caroline Scheide, Dr. Dipl.-Psych. Nina Sarubin, Klaus Grothe-Bortlik,
Irena Tezak,
Prof. Dr. Monika Sommer (von links).