

## Die Entwicklung der Selbsthilfeförderung in Zürich

**Chancengleichheit, Selbständigkeit und Selbstverantwortlichkeit, Mitbestimmung, Toleranz und Solidarität – das waren die Schlagwörter der 1960er und 1970er Jahre. Es sind jene Werte, die auch dem Selbsthilfegedanken zugrunde liegen. Mit der Gründung der Stiftung „Pro offene Türen der Schweiz“ wurde 1973 in Zürich der Grundstein für die professionelle Selbsthilfeförderung gelegt. Die Stiftung spielte fortan mit ihrem psychosozialen Selbsthilfeangebot im Raum Zürich eine Pionierrolle.**

### Für die geistige und seelische Not der Mitmenschen

Seit 1973 steht in Zürich die Tür offen für die geistige und seelische Not der Mitmenschen – so der Wortlaut in der Stiftungsurkunde. Anfänglich setzte die sozialpsychologische Beratungsstelle „Offene Tür Zürich“ (OTZ) mit ihrem niederschweligen Beratungs- und Selbsthilfeangebot den Stiftungszweck um. Wurden zu Beginn erst vereinzelt Gruppen unterstützt, nahm die Nachfrage nach professioneller Selbsthilfeförderung schnell zu. Anfangs der 1980er Jahre anerkannte die Stadt Zürich die Notwendigkeit der Beratungsstelle und sicherte ihr einen Betriebsbeitrag zu.



### Kein kurzlebiger Modetrend – das Netz wird grösser

Ergänzend zur psychosozialen Selbsthilfe der OTZ wurde 1982 der eigenständige Verein „Team Selbsthilfe Zürich“ gegründet, welcher Gruppen für körperliche Krankheiten und Behinderungen unterstützte. Es zeigte sich, dass das Bedürfnis nach Selbsthilfegruppen weiter wuchs und es sich keineswegs um einen kurzlebigen Modetrend der 1970er Jahre handelt. Psychische Krankheiten und psychosoziale Fragestellungen wie zum Beispiel Arbeitslosigkeit wurden zu gefragten Gruppenthemen. Ab 1985 engagierte sich die OTZ beim Arbeitslosentreff „impuls“ und später beim Aufbau und Betrieb des „Nordlicht“, einem Treffpunkt für Menschen mit Psychiatrieerfahrung. Beide Institutionen gehören heute noch zu gefragten Angeboten im Zürcher Sozialwesen.

### Eine „Offene Tür“ für das Zürcher Oberland

Seit einigen Jahren wurden auch im Zürcher Oberland Selbsthilfegruppen gegründet und begleitet. Die steigende Nachfrage begann jedoch allmählich die Grenzen der nebenberuflichen und unentgeltlichen Privatinitiative „Team Selbsthilfe Zürcher Oberland“ zu sprengen. Man suchte Unterstützung bei der Stiftung „Pro offene Türen der Schweiz“. Diese leistete der daraufhin neu gegründeten „Offenen Tür Zürcher Oberland“ (heute „Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland“) ideelle und – trotz eigener knapper Finanzlage – finanzielle Starthilfe. Die OTZ selber positionierte sich in den 1990er Jahren zunehmend als Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in Zürich. Immer mehr Betroffene und Institutionen holten sich bei Gruppengründungen Rat. Die Freude über den Erfolg wurde jedoch lange von finanziellen Nöten getrübt. Die finanzielle Lage verbesserte sich, als 1997 erstmals auch kantonale Beiträge für beide „Offenen Türen“ im Kanton Zürich ausgerichtet wurden.



### Vernetzung schweizweit und Ausbau regional

Die Selbsthilfebewegung breitete sich immer weiter aus. Vernetzungen mit anderen Organisationen drängten sich auf. 1990 organisierte die OTZ ein Treffen der schweizerischen Selbsthilfekontaktstellen mit dem Anliegen, eine Art Dachverband zu schaffen. Als einige Jahre später der Verein „Interessengemeinschaft KOSCH“ (neu „Selbsthilfe Schweiz“) entstand, gehörte die OTZ zu den Gründungsmitgliedern. Ende der 1990er Jahre diskutierten die OTZ und das „Team Selbsthilfe Zürich“ die Idee, neben den psychosozialen auch die Gruppen für die körperlichen Behinderungen und Krankheiten bei der OTZ zu integrieren um Kräfte zu bündeln und den Bereich Selbsthilfe in der Region Zürich klarer zu positionieren. Die Generalversammlung des Vereins „Team Selbsthilfe Zürich“ beschloss die Einstellung des Betriebs per Ende 2001 und dessen Angebot wurde in die OTZ integriert.

### **Zwei Institutionen unter einem Dach**

2001 befürwortete der Stiftungsrat der Stiftung „Pro offene Türen der Schweiz“ das Projekt „Selbsthilfezentrum Zürich“ mit dem Ziel, unter seiner Trägerschaft ein fachkundig geführtes Selbsthilfezentrum für die Region Zürich zu betreiben. Zwei Jahre später wurden an der OTZ erstmals die Rechnungen für die Bereiche Beratung und Selbsthilfe getrennt geführt und eine Fachperson widmete sich vollumfänglich der Selbsthilfeförderung. Die Stadt Zürich unterstützte die Pläne für das Selbsthilfezentrum und auch der Kanton Zürich sicherte einen Betriebsbeitrag zur Finanzierung der Selbsthilfeförderung zu. 2004 bot die Stadt Zürich der Stiftung Räumlichkeiten beim Alterszentrum Klus an. Die Umsetzung des eigenständigen Selbsthilfezentrums war in greifbare Nähe gerückt.



### **Von der familiären Institution zum modernen Betrieb**

Im Mai 2005 wurde das „Selbsthilfezentrum Offene Tür“ in den neuen Räumen beim Klusplatz feierlich eröffnet. Durch das grössere Raumangebot entstand auch ein neuer Dienstleistungszweig: Die Vermietung der Gruppenräume während Leerzeiten. Die Erweiterung des Angebots erforderte neue interne Strukturen. Auch beurteilte man die OTZ zunehmend nach marktwirtschaftlichen Kriterien. Mit dem städtischen Sozialdepartement wurden Leistungsindikatoren ausgearbeitet. 2006 war der gemeinsam vereinbarte Leistungsvertrag erstmals wirksam. Der Selbsthilfe- und der Beratungsbereich wurden personell getrennt und der Selbsthilfebereich mit mehr personellen Ressourcen ausgestattet. Die verbesserte personelle und finanzielle Lage erlaubten einen Ausbau der Dienstleistungen in der Selbsthilfeförderung, doch für die psychologische Beratungsstelle zeichneten sich schwierige Zeiten ab.

### **Die psychologische Beratungsstelle geht, das Selbsthilfezentrum bleibt**

Per Ende 2008 wurde der Leistungsvertrag mit dem Beratungsbereich der OTZ aufgelöst. Ohne diese finanzielle Sicherheit konnte die psychologische Beratungsstelle nicht weiter betrieben werden. Hingegen sicherten das städtische Sozialdepartement und die Stiftung KOSCH dem Selbsthilfezentrum ein mehrjähriges Engagement zu. Auch die Zusammenarbeit mit dem kantonalen Sozialamt konnte gefestigt werden. Auf nationaler Ebene erarbeitete eine Fachgruppe bestehend aus Mitarbeitenden der Selbsthilfezentren Qualitätsstandards für alle Zentren in der Schweiz. Diese traten 2010 in Kraft. Auf kantonaler Ebene wurde ein Versorgungskonzept erarbeitet, das aufzeigt, wie die bisher kaum betreuten Gebiete des Kantons Zürich in das bestehende Selbsthilfe-Netz eingebunden werden können. Die Wirksamkeit von Selbsthilfegruppen war mittlerweile auch mit schweizerischen Studien belegt.



### **400 Gruppen, 2500 Betroffene und Angehörige, 66 Gemeinden**

Seit der Trennung von der psychologischen Beratungsstelle hat das Selbsthilfezentrum einen neuen Namen und ein neues Logo. Ein engagiertes, professionelles Team arbeitet sowohl in der Facharbeit wie auch in der strategischen Planung mit Know-how und Elan. Die Dienstleistungen der Selbsthilfeförderung werden laufend reflektiert und angepasst. Was in den 1970er Jahren mit sieben Gruppen begann, ist heute ein Netz aus über 400 Gruppen zu 170 verschiedenen Themen. Dank einer Zuwendung des Lotteriefonds des Kantons Zürich kann das Selbsthilfecenter ab 2016 das Versorgungskonzept für die ihm zugeteilten Regionen umsetzen und die Selbsthilfe auch in den bisher wenig berücksichtigten Gemeinden der Bezirke Horgen, Affoltern, Dietikon, Dielsdorf und Bülach fördern. Mit der Anschubfinanzierung durch den Lotteriefonds wird zusätzlich die Finanzierung des Angebotes in den entsprechenden Regionen geklärt und längerfristig gesichert.