

Abo **Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland**

30-jährige Hilfe zur Selbsthilfe

Die Nachfrage für das Angebot des Selbsthilfezentrums Zürcher Oberland und Pfannenstiel bricht nicht ab. Auch Menschen aus dem Bezirk Meilen erhalten dort die Möglichkeit, sich mit Gleichbetroffenen auszutauschen.

Susanna Valentin

🔄 Aktualisiert: 26.06.2020, 07:33



30 Jahre: Nicht mehr jung, aber noch nicht in die Jahre gekommen. Was für Personen gilt, trifft auch für das Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland und Pfannenstiel zu: Die hohen, hellen Räume wirken frisch und freundlich, das Angebot ist nach wie vor gefragt. Rund 90 Gruppen treffen sich im Einzugsgebiet. «Unser Angebot bleibt aktuell», sagt Antonis Purnelis dazu. Seit 15 Jahren ist der ausgebildete Sozialpädagoge Stellenleiter des Selbsthilfezentrums.

An seiner Seite sitzt Max Freiburghaus, seit acht Jahren im Vorstand des Vereins, seit fünf Jahren steht er diesem als Präsident vor. Dem Selbsthilfezentrum ist er schon fast seit den Gründerjahren verbunden. Während 20 Jahren hat er dessen Angebote bis zu seiner Pensionierung als Leiter der Sozialen Dienste des Bezirks Uster gern an Klienten vermittelt. «Ich habe damals bemerkt, wie wertvoll die Selbsthilfegruppen sein können», sagt er. Oft fehle es Fachpersonen wie Ärzten oder auch Sozialarbeitenden an der Zeit, wirklich auf die akuten Lebensthemen der Hilfesuchenden eingehen zu können. Ein Zustand, dem Purnelis nur zustimmen kann. In seiner operativen Arbeit nimmt er nicht nur Anrufe von Betroffenen entgegen, sondern oft auch aus Praxen von Hausärzten und aus Psychiatrischen Kliniken.

Männergruppen boomen

Es sind denn auch die psychosozialen Themen, die in den letzten 10 Jahren einen massiven Zuwachs in den Gruppengesprächen erfahren haben. Worauf ist das zurückzuführen? «Der Leistungsdruck hat stark zugenommen», erklärt der Sozialpädagoge, «das führt postwendend zu Begleiterscheinungen wie Angststörungen, Panikattacken, Burnouts und aber auch zu Scheidungen.»

Leben heute Familien nicht mehr im traditionellen Familienmodell, kann die Belastung dadurch verstärkt werden. Insbesondere die Nachfrage nach Männergruppen sei in den letzten Jahren explodiert, sagt Purnelis, Männer seien oft mit den inner- und ausserfamiliären Ansprüchen überfordert und gerieten dadurch unter starken Druck. Druck, den der Austausch mit Gleichbetroffenen in Selbsthilfegruppen lindern kann.

Empowerment trotz Finanzierungsfragen

«Der Austausch mit Gleichbetroffenen hilft oft mehr als externe Hilfe», ist Freiburghaus überzeugt. Das Modell des Empowerments – der Befähigung zur Selbsthilfe – werde hier gelebt. Der administrative Aufwand und die Arbeitsressourcen von Fachpersonen werden trotz grossem Wirkungsradius klein gehalten. Zwei Mitarbeiterinnen bilden mit Purnelis das Team des Selbsthilfezentrums. Sie koordinieren und begleiten die ersten Gruppenprozesse, danach organisieren sich die Einzelgruppen autonom. «Wir holen aus wenig Mitteln möglichst viel heraus», sagt Freiburghaus. Dennoch sei die Finanzierung ein grosses Thema.

Am Zürichseeufer, wo laut Jahresbericht im Jahr 2019 194 Beratungen stattgefunden haben und sich knapp 10 Prozent aller Selbsthilfegruppen treffen, zahlen nur die Gemeinden Herrliberg und Erlenbach einen Vereinsbeitrag. Durch den Abbruch der Revision des Sozialhilfegesetzes liegt die Rechtsgrundlage für das Selbsthilfezentrum auf Eis, damit fehlt auch die finanzielle Absicherung. «Das ist ein Thema, das uns auch in den kommenden Jahren immer wieder beschäftigen wird», sagt Antonis Purnelis dazu. Präsident Max Freiburghaus nickt zustimmend.

Zwar werde der Wert der Dienstleistung allemal erkannt, das Geld rolle aber dennoch nicht so leicht. Ihm ist es trotz wiederkehrenden Geldsorgen wichtig, den Status quo zu erhalten und vielleicht sogar noch weiter auszubauen. Auch für Antonis Purnelis steht die Wichtigkeit der Fachstelle ausser Frage. «Der Bedarf an Selbsthilfegruppen ist gross, das wird sich auch in den nächsten 30 Jahren nicht ändern.»