

Kursmodul 1: Einführung in die gemeinschaftliche Selbsthilfe

Selbsthilfe verstehen, gestalten und als Ressource wirksam machen

Beschreibung:

In diesem praxisorientierten Modul lernen Teilnehmende die Grundlagen, Strukturen und vielfältigen Wirkungsdimensionen gemeinschaftlicher Selbsthilfe kennen. Anhand von konkreten Beispielen wird vermittelt, wie Selbsthilfegruppen organisiert sind, welche Bedeutung sie für Betroffene haben und wie sie sich von fachgeleiteten Gruppen oder Selbsthilfeorganisationen unterscheiden.

Inhalte:

- Organisation und Aufgaben der Selbsthilfezentren in der Schweiz
- Grundlagen und Merkmale gemeinschaftlicher Selbsthilfegruppen
- Praktische Aspekte: Gruppenaufbau, Leitung, Kommunikation und Selbstverantwortung
- Grenzen, Chancen und gesellschaftliche Auswirkungen gemeinschaftlicher Selbsthilfe
- Unterschied zu fachgeleiteten Gruppen und Selbsthilfeorganisationen
- Einführung in Soziale Gruppenarbeit als ergänzender sozialarbeiterischer Ansatz
- Bedeutung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe für individuelle und gesellschaftliche Teilhabe

Lernziele:

- Verstehen, wie Selbsthilfegruppen funktionieren und welche Rolle sie im Gesundheitssystem spielen
- Fähigkeit zur Förderung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen
- Reflexion der persönlichen Haltung gegenüber der gemeinschaftlichen Selbsthilfe und deren Wirkung auf Betroffene und Gesellschaft
- Erkennen der Unterschiede und Schnittstellen zu professionellen Gruppenangeboten und Organisationen

Methoden:

- Fachinput
- Storytelling
- Kreative Methoden
- Gruppenarbeiten
- Reflexionsgespräch

Dauer:

3-4 Stunden (anpassbar)

Zielgruppe:

Fachpersonen und Freiwillige aus dem Sozial- und Gesundheitswesen sowie Studierende, die in ihrer Praxis mit Selbsthilfegruppen arbeiten, diese fördern oder als Ressource entdecken möchten.

Kosten:

CHF 280.– pro Person. Für Teams ab 7 Personen gilt der Pauschalpreis von CHF 1'500.–.