

## Die Entwicklung der Selbsthilfeförderung in Zürich

**Chancengleichheit, Autonomie und Selbstverantwortung, Mitbestimmung, Toleranz und Solidarität – das waren die Schlagworte der 1960er und 1970er Jahre. Es sind die 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 nahm fortan mit ihrem psychosozialen Selbsthilfeangebot im Raum Zürich eine Pionierrolle ein.**

### **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 handelte. 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 noch heute 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 und Pfannenstiel») ideelle und – trotz eigener knapper Finanzlage – finanzielle Starthilfe. Die OTZ selber positionierte sich in den 1990er Jahren zunehmend als Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in Zürich. 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. 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» (heute «Stiftung 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. 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 «Selbsthilfzentrum 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. Der Selbsthilfe- und der Beratungsbereich wurden personell getrennt und der Selbsthilfebereich mit mehr personellen Ressourcen ausgestattet. Die verbesserte personelle und finanzielle Lage erlaubte einen Ausbau der Dienstleistungen in der Selbsthilfeförderung, doch für die psychologische Beratungsstelle zeichneten sich schwierige Zeiten ab.

### **Die psychologische Beratungsstelle geht, das Selbsthilfzentrum 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 Selbsthilfzentrum ein mehrjähriges Engagement zu. Auch die Zusammenarbeit mit dem kantonalen Sozialamt konnte gefestigt werden. Auf nationaler Ebene erarbeitete eine Fachgruppe bestehend aus Mitarbeitenden der Selbsthilfzentren 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 Selbsthilfgruppen war mittlerweile auch mit schweizerischen Studien belegt.

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

Nach der Trennung von der psychologischen Beratungsstelle erschien das Selbsthilfzentrum mit neuem Namen und neuem Logo. Was in den 1970er Jahren mit vier Gruppen begann, wuchs zu einem Netz aus über 400 Gruppen zu 170 verschiedenen Themen. Dank einer Zuwendung des Lotteriefonds des Kantons Zürich konnte das Selbsthilfcenter ab 2016 das Versorgungskonzept für die ihm zugeteilten Regionen umsetzen und die Selbsthilfe auch in den bisher wenig berücksichtigten Gemeinden etablieren. Ab 2017 wirkte das Selbsthilfcenter im nationalen Projekt «Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitutionen» (heute: «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler») mit. Eine weitere Erfolgsgeschichte, wie sich herausstellte, sind doch mittlerweile acht Gesundheitsinstitutionen in der Region Zürich durch Kooperationsvereinbarungen in das Projekt eingebunden und weitere an einer verbindlichen Zusammenarbeit interessiert.



### **Vorhang auf, für einen neuen Auftritt**

Seit Juni 2020 tritt das Selbsthilfcenter unter dem neuen Namen Selbsthilfe Zürich und mit neuem Logo auf. Das Logo symbolisiert unser Kerngeschäft und die Essenz der gemeinschaftlichen Selbsthilfe: Der gegenseitige Austausch unter Gleichbetroffenen. Uns zu verändern, neu zu erfinden und am Ball zu bleiben, war uns in den vergangenen Jahren wichtig und hat uns dahin geführt, wo wir heute stehen: Eine vielgenutzte und geschätzte Drehscheibe der Selbsthilfeförderung und eine angesehene Partnerin im Sozial- und Gesundheitswesen. In all dem Wandel gehört es aber auch zu unseren Grundsätzen, Bewährtes zu bewahren. So steht auch der neue Name, Selbsthilfe Zürich, für eine niederschwellige Anlaufstelle für Selbsthilfeinteressierte und Selbsthilfgruppen. Er steht für kompetente Information, Beratung und Vermittlung und für umsichtige, punktuelle Begleitung von Selbsthilfgruppen in ihrem autonomen Prozess.



### **50 Jahre Selbsthilfeförderung in Zürich**

2023 blicken wir auf eine langjährige und vielseitige Erfahrung zurück, welche wir mit Überzeugung und Engagement in die Entwicklung einer zeitgemässen Selbsthilfeförderung einbringen.