

## Zusammenfassung

# Projekt „Selbsthilfe steht für Leistung“

## Erarbeitung eines Leistungsportfolios der gemeinschaftlichen Selbsthilfe im Kontext des österreichischen Sozial- und Gesundheitssystems

---

Ileane Cermak, Jürgen Tomanek-Unfried  
August 2025

---

## Hintergrund

Im deutschsprachigen Raum gibt es Studien und Literatur zu den Aufgaben, Funktionen und Wirkungen der gemeinschaftlichen Selbsthilfe, jedoch gibt es keine Aufstellung der Leistungen von Selbsthilfegruppen und -organisationen. Im Auftrag der Österreichischen Sozialversicherung und des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) erstellte die Österreichische Kompetenz- und Servicestelle für Selbsthilfe (ÖKUSS) eine Übersicht über Leistungen der gemeinschaftlichen Selbsthilfe. Die Übersicht stellt erstmals umfassend dar, welche Leistungen der gemeinschaftlichen Selbsthilfe in Österreich erbracht werden, und bietet Selbsthilfeinteressierten vielfältige Anknüpfungspunkte für die eigene Arbeit.

## Methoden

Ein auf Zeit eingerichtetes projektgebundenes Gremium aus sechs Vertreterinnen und Vertretern bundesweiter themenspezifischer Selbsthilfeorganisationen – der ÖKUSS-Selbsthilfe-Projektbeirat – wurde eingerichtet, welches das Projekt von Beginn an begleitete, die Perspektive der gemeinschaftlichen Selbsthilfe einbrachte und in allen Projektschritten aktiv mitwirkte, beratend und mitgestaltend. In regelmäßigen Sitzungen, in denen alle relevanten Entscheidungspunkte des Projekts von der Entwicklung der Fragestellung über die Ergebnispräsentation bis hin zur Disseminationsstrategie erörtert wurden, wurde der Projektbeirat aktiv beratend und teils mitentscheidend (im Konsensprinzip) einbezogen.

Es wurde eine Recherche in den Unterlagen 52 bundesweiter themenbezogener Selbsthilfeorganisationen und eine Literaturrecherche in 27 Dokumenten durchgeführt. Die Rechercheergebnisse wurden mittels 17 Interviews mit Kooperationspartnerinnen und -partnern der gemeinschaftlichen Selbsthilfe aus dem Gesundheitssystem um ihre Erfahrungen mit der gemeinschaftlichen Selbsthilfe und ihre Perspektive darauf ergänzt.

## Ergebnisse

Insgesamt wurden 210 Leistungen der gemeinschaftlichen Selbsthilfe identifiziert. Das Leistungsportfolio enthält Leistungen, welche systemunterstützend für das österreichische Gesundheitssystem wirken, und solche, welche zur Gestaltung und zum Funktionieren einer Selbsthilfeorganisation beitragen. Die Leistungen wurden thematisch in sieben Leistungskategorien eingeteilt (zufällige Reihenfolge, @mitay20iStock):

- Öffentlichkeitsarbeit
- zielgruppengerechte Weitergabe erkrankungsspezifischen Erfahrungs- und Fachwissens
- Vernetzung, Kooperationen und Interessenvertretung
- Beratungs- und Serviceleistungen
- Erfahrungsaustausch und sozialer Austausch
- Vereinsorganisation und -verwaltung
- Fundraising



In einer weiterführenden Analyse anhand der Gesundheitsziele Österreich wurde pro Gesundheitsziel exemplarisch der Beitrag der Selbsthilfegruppen und -organisationen zur Umsetzung der Gesundheitsziele dargestellt. Im Durchschnitt trägt jede Leistung zu 2,8 Gesundheitszielen bei, am häufigsten zu den Gesundheitszielen 3, „Die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung stärken“, 5, „Durch sozialen Zusammenhalt die Gesundheit stärken“, und 10, „Qualitativ hochstehende und effiziente Gesundheitsversorgung für alle nachhaltig sicherstellen“.

Die gemeinschaftliche Selbsthilfe wird – auf Basis der Interviewergebnisse – als wichtige Unterstützerin des Gesundheitssystems beziehungsweise als wichtige Akteurin im Gesundheitssystem gesehen, da sie dort essenzielle Zusatzleistungen mit Alleinstellungscharakter einbringt. Das erste Alleinstellungsmerkmal bilden die Betroffenenperspektive und das Erfahrungswissen aufgrund der gesammelten persönlichen Erfahrungen mit der eigenen Erkrankung und den damit verbundenen gesundheitlichen Einschränkungen. Laut den Interviewpartnerinnen und -partnern ist es dieses Erfahrungswissen, welches im Gesundheitssystem nur die gemeinschaftliche Selbsthilfe vorweisen und auch mehrwertschaffend dort einbringen kann. Als zweites Alleinstellungsmerkmal der gemeinschaftlichen Selbsthilfe kann die Niederschwelligkeit der Angebote gelten. Beide Merkmale sind von elementarer Bedeutung bei den von den Interviewpartnerinnen und -partnern wahrgenommenen Funktionen und Rollen der gemeinschaftlichen Selbsthilfe, welche sich wie folgt zusammenfassen und beschreiben lassen (zufällige Reihenfolge):

- Informations- und Beratungsstelle
- Lotsenfunktion
- Interessenvertretungsfunktion
- Funktion einer Austauschplattform

Das Leistungsportfolio unterstreicht die Bedeutung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe als Teil der Laienversorgung für das professionelle Gesundheitssystem sowie für die Umsetzung und Erreichung der Gesundheitsziele Österreich. Selbsthilfe steht für Leistung!

## Ergebnisbericht „Selbsthilfe steht für Leistung“

Im Ergebnisbericht werden die angewendeten Methoden, Limitationen und weitere Forschungs- und Erhebungsbedarfe sowie die Ergebnisse der Literaturrecherche und der Interviews mit Kooperationspartnerinnen und -partnern der gemeinschaftlichen Selbsthilfe aus dem Gesundheitssystem ausführlich dargestellt (inkl. einer Übersicht über die Leistungen pro Leistungskategorie und über die Leistungen pro Gesundheitsziel Österreich im Anhang). Es sind im Ergebnisbericht auch Kernbotschaften des ÖKUSS-Selbsthilfe-Projektbeirats und des ÖKUSS-Teams enthalten.



## Folder „Selbsthilfe steht für Leistung“

In einem Folder wird kompakt und anschaulich aufgezeigt, welchen wertvollen Beitrag die gemeinschaftliche Selbsthilfe für Betroffene, deren Angehörige und das Gesundheitssystem leistet. Er bietet einen klaren Überblick über zentrale Leistungen und Einsatzbereiche der gemeinschaftlichen Selbsthilfe.



## Orientierungshilfe „Projektbeirat – Ein Beispiel, wie Zielgruppenbeteiligung gelingen kann“

In einer Orientierungshilfe wurde die Methode „Projektbeirat“, welche zur Zielgruppenbeteiligung in Projekten angewendet werden kann und der ÖKUSS-Selbsthilfe-Projektbeirat als Anwendungsbeispiel beschrieben. Die Orientierungshilfe richtet sich an alle, die für Projekte verantwortlich sind und auf der Suche nach einer geeigneten Methode für die kontinuierliche Beteiligung der Zielgruppe sind.




---

Zitiervorschlag: Cermak, Ileana; Tomanek-Unfried, Jürgen (2025): Projekt „Selbsthilfe steht für Leistung“. Erarbeitung eines Leistungsportfolios der gemeinschaftlichen Selbsthilfe im Kontext des österreichischen Sozial- und Gesundheitssystems. Zusammenfassung. Österreichische Kompetenz- und Servicestelle für Selbsthilfe, Gesundheit Österreich, Wien

---

im Auftrag des Dachverbands der österreichischen Sozialversicherungen und des Fonds Gesundes Österreich