

Türkische Selbsthilfegruppen – Erfahrungen von zwei Gruppenleitern

Einleitung

Im Rahmen des vom BKK Bundesverband geförderten Projekts „Aktivierung von Selbsthilfepotenzialen“ (ASP) werden unter anderem Erfahrungen zur gesundheitlichen Selbsthilfe von Immigrant/innen und ihren Angehörigen recherchiert und zusammengetragen (vgl. Kofahl 2007 a). Zusammenfassend lässt sich in einem Zwischenfazit festhalten, dass sich die in Deutschland lebenden Menschen mit Migrationshintergrund nicht so häufig an gesundheitsbezogenen Selbsthilfeszusammenschlüssen beteiligen wie Deutsche ohne Migrationshintergrund¹.

Bezüglich der Beteiligung an *Selbsthilfegruppen* ist der Unterschied zwischen den Migrant/innen² und den Deutschen mit einer Lebenszeitprävalenz von 7,5 Prozent gegenüber 8,9 Prozent zwar nicht so groß wie oft angenommen (vgl. Kohler / Ziese 2004), in der hier zugrunde liegenden Untersuchung des Robert Koch Instituts wurden allerdings nur die weitgehend integrierten Migrant/innen mit guter Deutschkenntnis und im Besitz eines Festnetzanschlusses eingeschlossen. Insbesondere für die hier nicht erfasste Gruppe der nicht oder nur gering integrierten Migrant/innen wird von einer deutlich geringeren Inanspruchnahme von gesundheitsbezogenen Selbsthilfegruppen ausgegangen (Kofahl 2007 b). Für diese stellen vermutlich die *Migrantenselbstorganisationen (MSO)* die wichtigste Form des sorgenden Netzes dar. Das Wissen um Verbreitung, Nutzung und Funktionalität dieser ethnischen Selbsthilfenetze ist derzeit allerdings noch rudimentär und die Bewertung der MSO in ihrer gesellschaftlichen Bedeutung durchaus konträr (Weiss / Thränhardt 2005; Baringhorst et al. 2006). Anhand der MSO-Selbstdarstellungen lässt sich erkennen, dass innerhalb der MSO das Thema „Gesundheit“ gegenüber anderen Themen wie „Kultur“, „Politik“ und „Sport“ einen eher untergeordneten Stellenwert besitzt (Gaitanides 2003, S. 32; Kofahl 2007 a), obgleich dessen Relevanz insbesondere bei denjenigen hoch ist, die erhöhten gesundheitlichen Risiken ausgesetzt sind, keine oder nur geringe Deutschkenntnisse besitzen und letztlich mit einer nur niedrigen Gesundheitskompetenz aufwarten können (Kofahl 2007 c; vgl. Kickbusch 2006).

Neue Zahlen zur aktiven Beteiligung oder Mitgliedschaft von Migrant/innen liegen seit Ende 2007 als Ergebnis einer von der NAKOS durchgeführten Befragung der *Selbsthilfeorganisationen* auf Bundesebene vor. Auf die Frage, ob in der Selbsthilfeorganisation oder im Verband auch Migrant/innen aktiv seien, antworteten von 290 Organisationen 21,7 Prozent mit „ja“, 57,9 Prozent mit „nein“, und 20,3 Prozent mit „weiß nicht“ (Möller-Bock, Schilling 2007, S. 47). Auch in den ASP-Workshops mit Vertreter/innen und Vorständen ver-

schiedener Bundesselbsthilfeorganisationen und -verbände war die Migrantenbeteiligung Gegenstand der Diskussionen. Hier wurde deutlich, dass die Verbände sich hier vor neuen Herausforderungen sehen. Es stellt sich insbesondere die Frage, ob Selbsthilfegruppen für Migrant/innen andere Unterstützungsformen sowie andere Organisationsformen und Funktionsweisen benötigen als die „klassische deutsche Selbsthilfegruppe“.

Vor diesem Hintergrund finden im ASP-Projekt neben dem Erfahrungsaustausch mit Akteuren der Selbsthilfe und der Selbsthilfeunterstützung auch Gespräche mit Selbsthilfegruppen-Mitgliedern aus anderen Kulturkreisen statt. In diesem Zusammenhang hat Ayfer Rink türkische Selbsthilfegruppenleiter/innen zu ihren Motiven und Erfahrungen befragt. Die Interviews wurden auf Türkisch geführt und ins Deutsche übertragen. Wir möchten im Folgenden die Erfahrungen von zwei außerordentlich aktiven und engagierten Gruppenleiter/innen vorstellen. Neben Erfahrungen, die in ähnlicher Weise auch deutsche Selbsthilfegruppen und ihre Leiter/innen machen, scheint es bei den türkischen Gruppen aber wohl auch einige Besonderheiten zu geben, die sie von deutschen Gruppen unterscheiden.

Bei den Interviewpartnern handelt es sich um Frau Belkis Bilgi (Bielefeld) und Herrn Ismail Yasar (Berlin). Wir bedanken uns sehr bei den beiden für ihre offenen Schilderungen, die uns Einblick in Probleme und Schwierigkeiten bei der Initiierung und Aufrechterhaltung türkischer Selbsthilfegruppen erlauben.³

Türkische Krebs-Selbsthilfegruppe „Mit dem Leben Hand an Hand“

(Interview mit Frau Bilgi am 10. September 2007)

Frau Belkis Bilgi ist 60 Jahre alt, verheiratet und hat zwei Kinder. 1997 erkrankte Frau Bilgi an Krebs. Über die AWO Bielefeld wollte sie in eine dort angesiedelte Selbsthilfegruppe eintreten, doch war die Gruppe zu dieser Zeit voll. So folgte sie der Empfehlung, sich an die BIKIS in Bielefeld zu wenden. Dort gab man ihr den Rat und die entsprechende Unterstützung, eine eigene türkischsprachige Selbsthilfegruppe zu bilden. Gemeinsam mit zwei anderen betroffenen türkischen Frauen gründete sie am 16. Februar 1997 die türkischsprachige Krebs-Selbsthilfegruppe „Mit dem Leben Hand an Hand“. Zum ersten Treffen kamen 17 Betroffene. Seitdem entwickelte sich die Gruppe im Laufe der Jahre mit Hochs und Tiefs, Zuwachs und Stagnation. Im Jahre 2007 existierte die türkische Krebs-Selbsthilfegruppe bereits seit 10 Jahren unter Frau Bilgis Leitung. Freunde und Nachbarn haben sie ständig ermutigt, weiter zu machen und auch dann nicht zu verzagen, wenn Phasen geringerer Nachfrage oder abnehmenden Interesses eintraten.

Das ursprüngliche Thema „Krebs“ ist auch heute noch das zentrale Thema der Gruppe, allerdings sind viele weitere Gesundheitsthemen hinzugekommen. Es werden Informationen über allgemeine medizinische Themen, in Form von Vorträgen, Diskussionen u.ä. weitergegeben. Jeden ersten Sonntag im

Monat wird über Krebs gesprochen, jeden dritten Sonntag über andere gesundheitliche Themen wie Allergien, Asthma, Diabetes, Cholesterin, Osteoporose, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und gesunde Ernährung. Die Mitglieder sind türkischstämmige Frauen; Frauen aus anderen Ländern können auch Mitglied werden, müssen allerdings Türkisch sprechen können. Es gibt keinen Mitgliedsbeitrag, sonst würde niemand mehr kommen, so Frau Bilgi. Jeden ersten und dritten Sonntag im Monat trifft sich die Gruppe im Freizeitzentrum Bielefeld von 15.00-18.00 Uhr.

Als die wichtigsten Ziele der Gruppe nennt Frau Bilgi die gegenseitige Unterstützung sowie die Möglichkeit, eigene Interessen nach außen zu tragen und mit den anderen Betroffenen die Gedanken und Gefühle zu teilen. Frau Bilgi berichtet in der Gruppe von ihren eigenen Erfahrungen mit dem Krebs und verteilt türkische Bücher und Broschüren über die Erkrankung. Informations- und Fachbücher kauft sie unter anderem in der Türkei und gibt diese in Deutschland an die Gruppenmitglieder weiter. Türkischsprachige Informationsbroschüren erhält sie z.B. von dem Verein für Krebskranke in Bursa in der Türkei. Darüber hinaus hat Frau Bilgi inzwischen eine kleine türkischsprachige Bibliothek mit über 90 medizinischen Büchern angelegt, die sich Betroffene und ihre Angehörigen ausleihen können.

Frau Bilgi ist für die Mitglieder der Gruppe und Betroffene rund um die Uhr erreichbar. Sie besucht diese zu Hause, im Krankenhaus, berät und unterstützt sie in schwierigen Lebenslagen. Die Gruppe besteht heute aus circa 80 Mitgliedern, allerdings schwankt diese Zahl immer wieder. Nach ihrer Einschätzung hängt das Funktionieren der Gruppe stark von ihrer Rolle als Gruppenleiterin ab. Ohne sie würde die Gruppe vermutlich zusammenbrechen, doch kann sie sich inzwischen vorstellen, dass zwei andere Mitglieder später einmal die Leitung übernehmen. Hierbei handelt es sich um zwei sehr engagierte Angehörige von Betroffenen.

Mehrmals im Jahr werden türkische Ärzte eingeladen, die über ein Gesundheitsthema referieren. Ab und zu zeigt Frau Bilgi der Gruppe von ihr aufgenommene Gesundheitsvorträge aus dem türkischen Fernsehen oder von anderen Veranstaltungen. In der Regel bereitet Frau Bilgi die Räume selbst vor und bietet den eintreffenden Mitgliedern Tee und Kaffee an. Aus dieser Atmosphäre heraus entwickelt sich meist von selbst eine Gesprächsrunde. Die Gruppe ist offen für jedes neue Mitglied. Man muss sich nicht anmelden und braucht sich auch nicht abzumelden.

Manchmal werden auch Feste mit Essen, Musik und Tanz organisiert. In dem Falle zahlen die Mitglieder 5-10 Euro Eintritt. Vor und nach der Veranstaltung können die Mitglieder mit ihren Problemen und Fragen zu Frau Bilgi kommen und mit ihr darüber sprechen.

Jeden Mittwoch von 10.00-14.00 Uhr gibt sie Beratung in türkischer Sprache. Die Beratung findet seit drei Jahren in der AWO Bielefeld statt. Dafür erhält sie ein Honorar von 9 Euro pro Stunde. Man kann über die Website der BIKIS Bielefeld, über den Viktorienverein, in Arztpraxen, im Krankenhaus oder in Moscheen Informationen über die Gruppe bekommen. Dort sind Broschüren verteilt, in denen auch die Kontaktadresse von Frau Bilgi zu finden ist.

Schwierigkeiten gab es damals bei der Gruppengründung nicht – die BIKIS war hier eine große Hilfe. Allerdings tauchten später Probleme bei ihrer Aufrechterhaltung auf. Die größte Schwierigkeit besteht darin, die Mitglieder immer wieder neu zusammenzubringen. Insbesondere wenn ein Arzt als Referent eingeladen wird, ruft Frau Bilgi die Mitglieder schon drei Tage vorher an, damit sie „auch wirklich kommen“. Viele Mitglieder kommen außerdem oft zu spät. Nach ihrer Auffassung bringen auch einige zu hohe Erwartungen mit und sind dann schnell enttäuscht, wenn nicht sofort für alle ihre Fragen und Probleme einfache Lösungen bereit stehen.

Frau Bilgi bekommt für jedes AOK-Mitglied, das ihre Gruppe besucht, 26 Euro jährlich. Das sind circa 750 bis 1.500 Euro im Jahr. Außerdem bekommt sie einen Förderscheck von der Wohlfahrt. Weitere Unterstützung erhält sie von der Stadt Bielefeld. Mit diesen Geldern finanziert sie Tee, Kaffee, Telefonkosten und die Referenten, die sie zu den Treffen einlädt. Allerdings gebe sie aber oft ihr eigenes Geld für Tee oder Brötchen aus. Viele Mitglieder helfen ihr in der Küche beim Tee- und Kaffeekochen.

Einmal im Jahr organisiert die Gruppe eine größere Abendveranstaltung mit Speisen, Musik und Tanz, die Einnahmen werden dann dem Verein Krebskranke in Bursa / Türkei gespendet (In 2007: 1.150 Euro). Im Gegenzug unterstützt die Gruppe aus der Türkei die Gruppe in Bielefeld, indem sie ihr Videos von Vorträgen zum Thema Krebs zuschickt und sie mit türkischen Büchern und türkischem Informationsmaterial über Krebserkrankungen versorgt.

Eventuellen Gruppenneugründer/innen empfiehlt Frau Bilgi, viel Energie und einen starken Willen mitzubringen. Finanzielle Unterstützung kann man von den Wohlfahrtsverbänden bekommen, es ist nach ihrer Erfahrung empfehlenswert, bei der Gründung mit der Wohlfahrt zusammenzuarbeiten. Außerdem kann die Selbsthilfekontaktstelle bei der Konzepterstellung behilflich sein. Als zusätzliche wichtige Themen sollte man weitere Gesundheitsthemen sowie das Thema „Patientenrechte“ aufgreifen.

Frau Bilgi hat 1999 mit Hilfe einer Krankenkassenfinanzierung ein Zertifikat für die Altenpflege erhalten. Außerdem nimmt sie an Krebsvorträgen von Ärzten teil. Diese Vorträge werden von der Art-Tempi Köln organisiert.

Frau Bilgi betont, wie es ihr hilft, die eigenen Erfahrungen mit Betroffenen oder deren Angehörige zu teilen. Es sei schön, auch anderen helfen zu können. Die Menschen wissen wenig über ihre Krankheiten, deshalb brauchen sie Informationen. Diese Informationen zu finden und mit den Betroffenen zu teilen, gibt ihr Kraft.

Selbsthilfegruppe türkischsprachiger Diabetiker e.V.

(Interview mit Herrn Yasar am 9. Oktober 2007)

Herr Ismail Yasar ist 48 Jahre alt und lebt allein. Er ist Diabetiker und hat sich intensiv mit der Erkrankung auseinandergesetzt, da auch in seiner Familie fast alle Angehörigen Diabetiker sind. 1999 erlitt er zudem einen Schlaganfall. Er fühlte sich damals völlig hilflos, unter anderem, weil er aufgrund fehlender Deutschkenntnisse keine Anlaufstelle fand, die ihm helfen konnte. Nach die-

ser Erfahrung beschloss er – mit viel Zuspruch von Ärzten aus seinem Bekanntenkreis –, etwas für die Aufklärung der türkischen Diabetiker zu tun. Daraufhin war er von 1999 bis 2003 unter dem Dach von BGTM (Berliner Gesellschaft Türkischer Mediziner) tätig. Seit 2003 gibt es einen eigenen eingetragenen Verein: Die „Selbsthilfegruppe türkischsprachiger Diabetiker e.V.“ Da Herr Yasar schon seit Jahren in Berlin lebt und einen großen Bekanntenkreis hat, fällt es ihm nicht schwer, die Betroffenen und ihre Angehörigen zu erreichen. Für diese hält er regelmäßig Vorträge.

Zwar ist das zentrale Thema der Selbsthilfegruppe „Diabetes und die Komplikationen“, aber auch psychische Erkrankungen werden zunehmend häufiger thematisiert. Für Herrn Yasar ist das wichtigste Ziel, so viele Betroffene und Angehörige wie möglich zu erreichen und ihnen Informationen über die Krankheit und ihre Folgen zu geben. Dazu hält er Vorträge über Diabetes und Ernährung, wählt also ein eher direktives Vorgehen. Die Selbsthilfegruppe besteht derzeit aus circa 130 Mitgliedern. Die meisten sind Frauen. Der Altersdurchschnitt beträgt 52 Jahre. Die Mitglieder zahlen 3,50 Euro im Monat Beitrag.

Darüber hinaus versucht Herr Yasar weit über die Kerngruppe hinaus weitere Betroffene zu erreichen und zu gewinnen. Mit seinen Vorträgen hat Herr Yasar bis zum Zeitpunkt des Interviews mehr als 8.930 türkische Menschen erreicht. Er hat ein Curriculum entwickelt, das sich wie folgt zusammensetzt: Etwa viermal pro Woche hält Herr Yasar zweistündige Informationsvorträge für kleinere Gruppen. Die Vorträge wurden dem Schema der Deutschen Diabetes Gesellschaft angepasst und haben Seminarcharakter. Etwa sechs- bis achtmal im Jahr hält er große Vorträge, die circa 4 Stunden dauern. Diese finden in den Berliner Hochzeits Sälen oder Bezirksrathäusern statt und werden von etwa 100 bis 120 Betroffenen besucht. Manchmal lädt er auch Ärzte, Zahnärzte, Augenärzte und Psychologen zu seinen Veranstaltungen ein, die über ein bestimmtes Thema referieren. Diese nehmen meistens kein Honorar. Im Sommer hält er weniger Vorträge, weil die meisten seiner Landsleute im Urlaub sind. Die Selbsthilfegruppe ist bei keiner Selbsthilfekontaktstelle angesiedelt, Herr Yasar steht aber in Kooperation mit den Berliner Kontaktstellen. Über diese hinaus sind Informationen über die Selbsthilfegruppe in Arztpraxen, in Krankenhäusern, in Moscheen, Apotheken und Einkaufszentren erhältlich. Dort liegen Broschüren aus, in denen auch die Kontaktadresse von Herrn Yasar zu finden ist. Der Verein ist offen für neue Mitglieder.

Schwierigkeiten bei der Gruppengründung und ihrer Aufrechterhaltung gab es im Wesentlichen während der Gründungsphase. Das Vertrauen der Betroffenen und ihrer Angehörigen zu gewinnen, hat Zeit gebraucht. Am Anfang war es sehr schwer, die Menschen zusammen zu bringen. Es gab Zeiten, da stand Herr Yasar vor nur einem Teilnehmer und hat „seinen Vortrag“ gehalten. Heute hat er keine Probleme mehr, die Säle zu füllen. Finanzielle Schwierigkeiten räumt Herr Yasar ein, doch haben diese ihn nicht abgehalten, seiner „Bestimmung, den Menschen zu helfen“, nachzugehen. Er habe allerdings viel Geld aus der eigenen Tasche bezahlt. Insgesamt sieht er in auftretenden Schwie-

rigkeiten eher eine Herausforderung, die ihn motiviert, weiterzumachen. Die Energie und Kraft dazu holt er sich im Urlaub.

Herr Yasar bekommt von Zeit zu Zeit Material (u.a. Blutzuckermessgeräte) von den medizinischen Firmen zugeschickt. Diese verteilt er dann an die Betroffenen. Die Kosten, die entstehen, bezahlt Herr Yasar von den Mitgliedsbeiträgen. Von der AOK erhält er 1.000 Euro Projektförderung im Jahr.

Als Empfehlung für eventuelle Neugründer sagt Herr Yasar, man brauche den Glauben und die Kontinuität, um etwas zu erreichen. Man müsse sich selbst gut kennen und an die Menschen glauben. Wenn man verheiratet sei, dürfe man die Familie nicht vernachlässigen, und Geldverdienen sollte nicht das Ziel einer solchen Aufgabe sein. Für weitere Gruppen wären aus seiner Sicht folgende Themen dringlich: Asthma und psychische Erkrankungen. Auch wäre die Gründung von türkischen Vereinen für körperlich behinderte Menschen, für pflegebedürftige Menschen und für junge Eltern empfehlenswert.

Herr Yasar hat eine Ausbildung zum Diabetikerassistenten (FEND) gemacht, auch hat er viel von den Ärzten gelernt. Insbesondere der Leitende Arzt des Urban Krankenhauses hat ihm sehr geholfen: in 25 Tagen bekam er von ihm 50 Stunden Unterricht über Diabetes. Herr Yasar sieht es als seine Berufung an, den Menschen zu helfen. Er möchte dazu beitragen, dass nicht noch mehr Menschen an Diabetes erkranken. Wenn bei den Betroffenen eine Verhinderung der Erkrankung schon zu spät sei, könne man immer noch die Kinder davor bewahren.

Resümee

Die Schilderungen von Frau Bilgi und Herrn Yasar sind geprägt von ihren individuellen Motiven und Einstellungen und können somit nicht verallgemeinert werden. Bezeichnend für beide ist ihr außerordentlich hoher persönlicher Einsatz und ein erheblicher Teil an privater Investition in die Selbsthilfgruppenarbeit. Das Konzept der Gesundheitserziehung, der Schulung und Unterrichtung, bildet in beiden Gruppen das zentrale Moment. Dazu haben sich Frau Bilgi und Herr Yasar umfassend fortgebildet, recherchieren permanent relevante Informationen und sind Gesundheitsdolmetscher und -lotsen geworden. Sie stellen somit fachlich kompetente und persönliche Autoritäten dar, denen die Gruppenmitglieder folgen, – wenngleich sie auch beide zuweilen ziemlich „trommeln“ müssen, um die Gruppen am Leben zu erhalten.

Eine solche fachliche und personale Autorität hat nach den Erfahrungen und Meinungen türkischer Mitbürger/innen und Sozial- und Gesundheitsdienstmitarbeiter/innen, die mit Immigrant/innen arbeiten, eine große Bedeutung – insbesondere unter den Zuwanderern der „ersten Generation“. Rat und Anweisungen von Autoritäten – gut sichtbar beispielsweise am Einfluss der Ärzte, Anwälte oder Imame – werden gerade in der älteren türkischen Bevölkerung sehr respektiert. Ihre Äußerungen werden weniger in Frage gestellt als die Meinungen der Freunde, Nachbarn und Bekannten. Ist die hier beschriebene direktive Gruppenleitung vielleicht das Prinzip mit der besten Passung für den betreffenden Personenkreis? Vielleicht sind die Selbsthilfgrup-

penmitglieder ganz dankbar dafür, dass es eine Person gibt, die die Gruppe organisiert und an die Hand nimmt, ihnen durch fachliche Kompetenz Sicherheit vermittelt? Beide Gruppen unterscheiden sich deutlich von der „idealtypischen“ Selbsthilfegruppe mit ihren non-direktiven, hierarchiefreien und Gleichheitsgrundsätzen folgenden Gruppenregeln. Doch wer in die Vergangenheit schaut, dem wird dies nicht fremd sein: Schon vor über 20 Jahren wurde in ersten Systematisierungsversuchen von Selbsthilfegruppen diese Leitungskonstellation bei (deutschen) Selbsthilfegruppen beschrieben und dort als *dominant geleitete Gruppe* bezeichnet (Guderian et al. 1986, S. 112 ff.). Dabei entsprang das „dominante Element“ keineswegs immer dem Wunsch des von Guderian typisierten „Leithammels“, nicht selten wurde ihm diese Rolle auch von der Gruppe zugewiesen. Zwei weitere Konstellationstypen wurden bezeichnet als die *emotional geleitete Gruppe* und die *nicht-geleitete Gruppe*, doch scheinen diese bei den beiden hier beschriebenen Beispielen (noch) keine tragfähigen Alternativen zu sein.

Frau Bilgi und Herr Yasar haben es sich zur Aufgabe gemacht, sich für die eigenen Landsleute einzusetzen, – mit den Mitteln, die ihnen zur Verfügung stehen und soweit es ihre Ausdauer und Geduld zulässt. Vielleicht finden sie über kurz oder lang unter ihren Gruppenmitgliedern Nachahmer, die sich aktiv für die Idee der Selbsthilfegruppe engagieren und diese unter ihren Landsleuten weiterverbreiten. Für ihren unermüdlichen Einsatz kann man den beiden nur großen Respekt und Anerkennung zollen.

Anmerkungen

- 1 Die Bezeichnung „Deutsche ohne Migrationshintergrund“ ist notwendig zur Abgrenzung von deutschstämmigen Migrant/innen, z.B. den Übersiedlern.
- 2 Die Bezeichnung Migrant/innen wird im Folgenden synonym gebraucht für Menschen mit Migrationshintergrund
- 3 Wir haben redaktionelle Überarbeitungen nur aus Gründen der besseren Lesbarkeit, ansonsten aber so gering wie möglich vorgenommen. Bis auf wenige Ausnahmen haben wir auf Konjunktive und indirekte Rede verzichtet.

Literatur

- Baringhorst, Sigrid / Hollifield, Jim / Hunger, Uwe (Hrsg.): Herausforderung Migration – Perspektiven der vergleichenden Politikwissenschaft. Festschrift für Dietrich Thränhardt. Münster 2006
- Gaitanides, Stefan: Partizipation von Migrant/innen und ihren Selbstorganisationen. In: E&C-Zielgruppenkonferenz „Interkulturelle Stadt(teil)politik“. Dokumentation der Veranstaltung vom 8. und 9. Dezember 2003. Berlin 2003, S. 24-33.
Download im Internet: <http://www.eundc.de/pdf/63004.pdf> (gesichtet am 22.1.2008)
- Guderian, Heide / Schorsch, Eva-Maria / Halves, Edith: „Ohne Leithammel läuft es nicht“. Arbeitsweise und -erfahrungen in Selbsthilfegruppen. In: Trojan, Alf (Hrsg.): Wissen ist Macht. Eigenständig durch Selbsthilfegruppen. Frankfurt am Main 1986, S. 108-136
- Kickbusch, Ilona: Gesundheitskompetenz. In: Public Health Schweiz News, Nr. 3-06. Bern 2006
- Kofahl, Christopher: Zur Migrantenorientierung in der Selbsthilfeunterstützung durch Selbsthilfekontaktstellen. In: Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (Hrsg.): Selbsthilfegruppenjahrbuch 2007. Gießen 2007 a, S. 112-119
- Kofahl, Christopher: Gesundheitliche Selbsthilfe bei Menschen mit Migrationshintergrund. In: Forum Public Health 55/07, Schwerpunktthema: Selbsthilfe. München 2007 b, S. 23-24
- Kofahl, Christopher: Gesundheit und gesundheitliche Selbsthilfe von Menschen mit Migrations-

hintergrund. In: AOK-Bundesverband (Hrsg.): Zu Hause in der Fremde. Migranten und gesundheitliche Selbsthilfe. G+G spezial 11/2007. Bonn 2007 c, S. 4-7

Kohler, Martin / Ziese, Thomas; Robert Koch-Institut (Hrsg.): Telefonischer Gesundheitssurvey des Robert Koch-Instituts zu chronischen Krankheiten und ihren Bedingungen. Deskriptiver Ergebnisbericht. Berlin 2004

Möller-Bock, Bettina / Schilling, Ralph. Befragung der NAKOS: Angebote für und Mitwirkung von Menschen mit Migrationshintergrund sowie Netzwerkaktivitäten von Bundesvereinigungen der Selbsthilfe. In: NAKOS (Hrsg.): NAKOS INFO 93. Berlin, Dez. 2007, S. 45-49

Weiss, Karin / Thränhardt, Dietrich: Selbsthilfe, Netzwerke und soziales Kapital in der pluralistischen Gesellschaft. In: Weiss, Karin / Thränhardt, Dietrich (Hrsg.): Selbsthilfe. Wie Migranten Netzwerke knüpfen und soziales Kapital schaffen. Freiburg 2005, S. 8-26

www.uke.uni-hamburg.de/extern/asp/

Ayfer Rink ist Krankenschwester, Gesundheitspädagogin (TR) und Gesundheitsmediatorin im MiMi-Projekt sowie Mitarbeiterin im Projekt „Gesundheitskompetenz türkischstämmiger Diabetiker“ im Institut für Medizin-Soziologie am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf.

Christopher Kofahl ist Diplom-Psychologe, wissenschaftlicher Mitarbeiter und Leiter der AG Patientenorientierung und Selbsthilfe im Institut für Medizin-Soziologie am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf.