

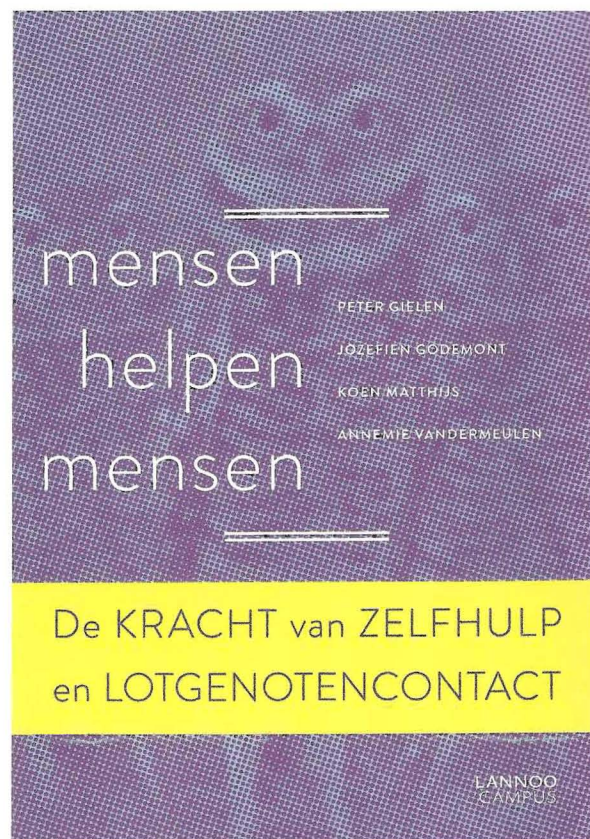
# De kracht van lotgenoten

*Titel* Mensen helpen mensen  
*Auteur* Peter Gielen, Jozefien Godemont, Koen Matthijs, Annemie Vandermeulen  
*Uitgever* Lannoo Campus  
*Prijs* € 16,99  
*Pagina's* 158  
*ISBN* 978 94 014 0735 9

door Jan Steyaert, lector Fontys Hogescholen

Vorige maand vierde het Trefpunt Zelfhulp het 30-jarig jubileum met een mooi congres. Nooit gehoord van Trefpunt Zelfhulp? Dat is best mogelijk, want het gaat hier om een Vlaamse organisatie die sinds 1982 zelfhulpgroepen in heel Vlaanderen ondersteunt, begeleidt en bekendheid geeft. En het vreemde is meteen dat er eigenlijk geen Nederlandse tegenhanger bestaat. Natuurlijk zijn er links en rechts wel zelfhulpgroepen actief. En natuurlijk zijn er een paar steunpunten die op regionale basis zelfhulpgroepen ondersteunen, zoals het zelfhulp netwerk in Zuidoost Brabant of het steunpunt zelfhulp in de regio Den Bosch. Maar een landelijk steunpunt, of landelijke zichtbaarheid van zelfhulp, nee, dat kennen we in Nederland vooralsnog niet. Vreemd want verhoogde aandacht voor zelfhulp past prima in het denken achter de Wmo, Welzijn Nieuwe Stijl en De Kanteling. Tijd dus om te bekijken welke kennis er in Vlaanderen voor het oprapen ligt. Het boek start met zelfhulp op de kaart te zetten, waarbij meteen opvalt dat het om veel meer gaat dan de bekende AA-groepen. De thematische diversiteit van zelfhulpgroepen is groot en gaat van verslaving over fysieke aandoeningen naar psychosociale problemen en mensen met een beperking. Helaas is deze diversiteit van probleemgebieden waarop zelfhulpgroepen actief zijn te weinig bekend. Deels heeft dat te maken met de anonimiteit waaraan veel belang gehecht wordt.

De publicatie gaat verder met informatie over de organisatie en werking van zelfhulpgroepen met aandacht voor leidinggeven in een zelfhulpgroep en de verschillende soorten steun die zelfhulp kan bieden: lotgenotencontact, informatieverstrekking, praktische hulp, sociale contacten en belangenbehartiging.



Vervolgens staan de auteurs stil bij de effecten van zelfhulpgroepen, niet onbelangrijk in deze tijden van toenemende verantwoording over efficiëntie en effectiviteit van sociale interventies. Bovendien niet onbelangrijk omdat elke zelfhulpgroep zijn eigen plan volgt. Er bestaat niet een soort protocol of richtlijn waaraan zelfhulpgroepen zich moeten houden. Toch blijkt uit een hele reeks effectonderzoeken dat zelfhulp positieve effecten heeft voor de deelnemers.

Een volgend niet onbelangrijk deel van dit boek gaat in op de samenwerking tussen zelfhulp en professionals. Daarin wordt duidelijk dat beiden elkaar aanvullen en gebaat zijn bij samenwerking. Dat klinkt logisch, maar in de jaren zeventig van vorige eeuw wilde zelfhulp zich nog wel eens profileren als kritiek op professionele hulp. Nu groeien beiden weer naar elkaar toe. De publicatie geeft voor zowel professionals als zelfhulp een beperkt aantal succesfactoren voor goede samenwerking.

Het gehele boek is doorspekt met casuïstiek van deelnemers aan zelfhulpgroepen en citaten uit interviews met *stakeholders*. En wie daarmee nog niet voldoende heeft, kan terecht bij het wat oudere en uitgebreidere boek van dezelfde auteurs. Voor Nederland bestaat er helaas vooralsnog geen vergelijkbare overzichtspublicatie over zelfhulp en moeten we het doen met een paar artikelen links en rechts of ouder werk. Wel is er onlangs mooi Nederlands videomateriaal beschikbaar gekomen, en dat is te vinden door op Youtube te zoeken naar 'bijsluitert ontbreekt' (een reeks van 13 portretten van zelfhulpdeelnemers) of naar 'zelfhulp werkt' (een korte film over zelfhulp en samenwerking met professionals). ■