






Berner Fachhochschule  
Haute école spécialisée bernoise  
Bern University of Applied Sciences

# Hilfe zur Selbsthilfe





Nationale SKOS-Tagung vom 23.9.2021  
Simon Steger

► Berner Fachhochschule, Soziale Arbeit

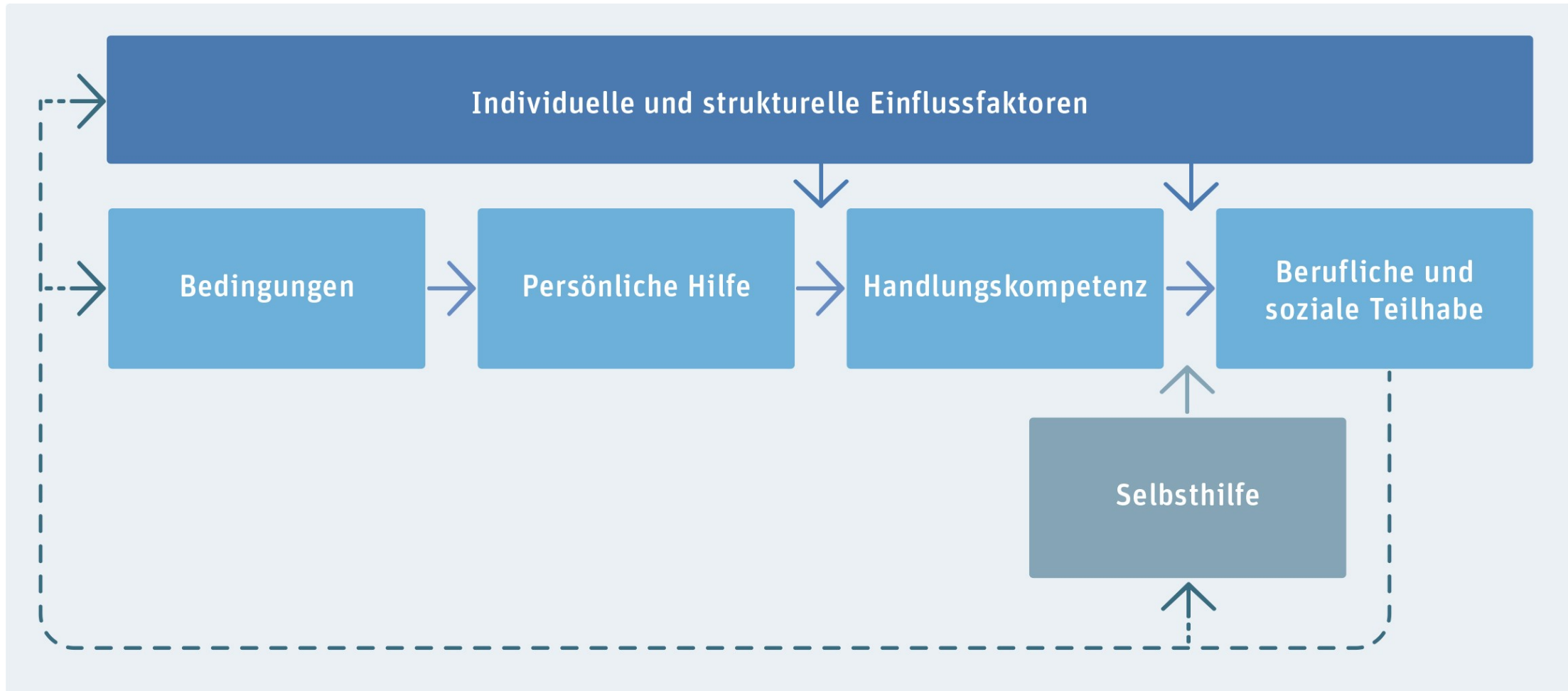
# Menschen in der persönlichen Hilfe

 <p>Alltagskämpfer/-innen</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sind gesundheitlich beeinträchtigt; erschöpft oder gar psychisch erkrankt</li><li>• im Alltag eingeschränkt handlungsfähig; bekunden Mühe, einer Erwerbsarbeit nachzugehen oder ihre Kinder zu erziehen</li></ul>
 <p>Integrationskämpfer/-innen</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• waren von risikobelasteten Lebensumständen oder einem kritischen Ereignis (z. B. Krankheit, Trennung) betroffen</li><li>• befassen sich mit ihrer Integration in die Erwerbsarbeit (z.B. Arbeitsprogramm oder in Teilzeitjobs)</li></ul>
 <p>Eigenwillige</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• haben eine andere Vorstellung von Arbeit oder pflegen einen bestimmten Lebensstil</li><li>• sind meist nicht bereit, ein Leben zu führen, das den Erwartungen der Gesellschaft entspricht</li></ul>

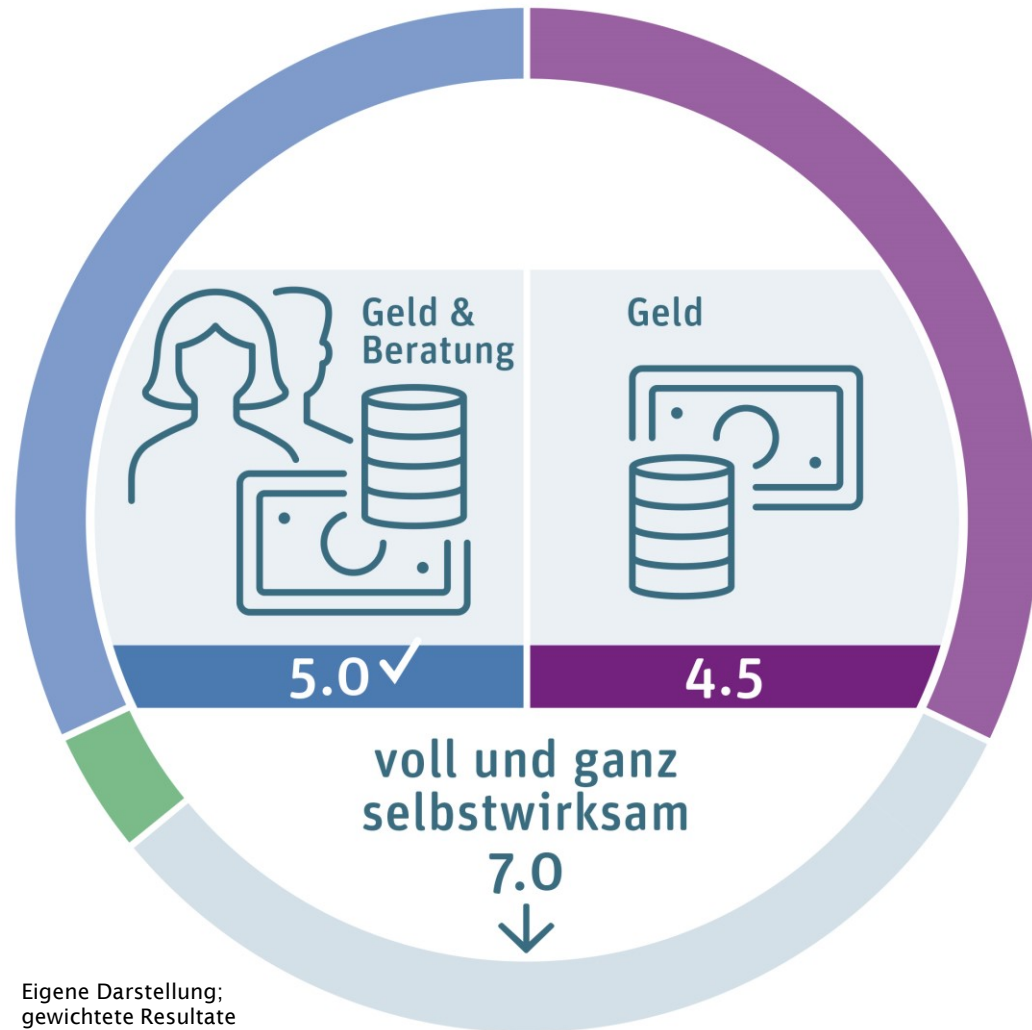
# Ausgestaltung der persönlichen Hilfe

Ausmass der Einflussnahme	tief	Standardisierte Dienstleistung 	Fallspezifische Passung 
	hoch	Administrative Sanktion 	Persönliche Fürsorge 
		Dominanz des Verwaltungshandelns	Dominanz des Beratungshandelns
Interaktionsmodus			

# Hilfe zur Selbsthilfe im Überblick













# Wirkung der persönlichen Hilfe auf Handlungskompetenz

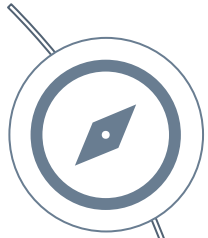


- ▶ Persönliche Hilfe in den ersten sechs Monaten erhöht die Selbstwirksamkeit von Sozialhilfebeziehenden, ein Ziel zu erreichen und dabei auftretende Schwierigkeiten zu meistern.
- ▶ Höhere Selbstwirksamkeit geht einher mit einer grösseren Ausdauer bei der Bewältigung von Aufgaben (z.B. Jobsuche).

# Einflussfaktoren in der persönlichen Hilfe

	Alter, Geschlecht, Bildungsabschluss	
	Freiwilligkeit, Veränderungsmotivation zu Beginn	
	Gemeinsames Aufgabenverständnis	
	Angemessener Einbezug	
	Hohe Kontakthäufigkeit * emotionale Bindung	

# Selbsthilfe als wirkmächtiges Handeln



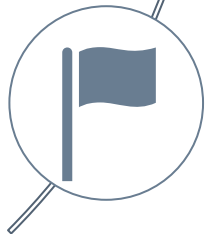
Eine Person trifft die Entscheidung, etwas Bestimmtes zu tun, um ihr Problem zu lösen,



ihre Entscheidung ist begründet (z. B. mit dem Zweck, eine Arbeit zu finden oder um sozial dazuzugehören),



sie führt Handlungen (alleine oder mit anderen) aus,



verändert dadurch ihren Zustand oder ihre soziale Umgebung

# Selbsthilfe-Aktivitäten zur sozialen und beruflichen Teilhabe



«Ich bin in ein Fahrwasser geraten, dass ich immer nur Fernsehen schaute, den ganzen Tag. Aber wenn ich mich in den Hintern geklemmt habe und spazieren gegangen bin oder zu meiner Schwester nach x, das hat mir gut getan.»

Alltagskämpferin



## Selbsthilfe-Aktivitäten zur sozialen und beruflichen Teilhabe

«Es ist so, dass man im Vornherein denkt: ‘Uh nein, Arbeiten könnte ich doch gar nicht mehr, ich bin immer müde’. Aber man kommt unter die Leute, das Selbstwertgefühl wird wieder besser, auch körperlich. Es tut mir absolut gut.»

Integrationskämpfer

# Selbsthilfe-Aktivitäten zur sozialen und beruflichen Teilhabe



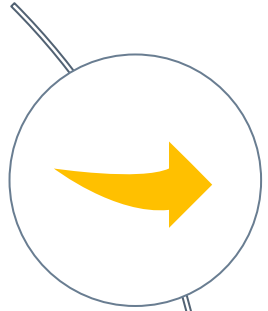
«Ich sage mir nicht, wenn es mir schlecht geht, muss ich schauen, dass es nicht noch einmal passiert. Oder umgekehrt, wenn es mir gut geht, dass ich jetzt nur noch das mache. Ich kann weder noch, es geht nicht.»

Eigenwilliger

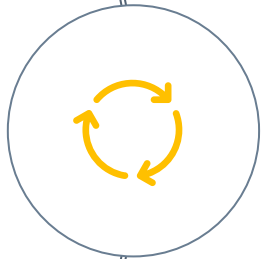
# Was wir (noch) nicht wissen

- ▶ Wie wirkt persönliche Hilfe im weiteren Unterstützungsverlauf?
- ▶ Welchen indirekten Effekt hat die persönliche Hilfe auf das Erreichen der beruflichen und sozialen Teilhabe?
- ▶ Wie beeinflussen weitere personenbezogene Faktoren den Beratungserfolg in der Sozialhilfe? (z.B. Veränderungsmotivation im Verlauf, Zielbindung, sprachliche/kognitive Fähigkeiten, Passung zwischen Fachperson und Gegenüber)
- ▶ Welchen Einfluss haben strukturelle Faktoren auf den Erfolg von Selbsthilfe-Aktivitäten unterstützter Personen?
- ▶ Wie wirkungsvoll sind unterschiedliche Formen persönlicher Hilfe? (z.B. Interventionen, die sich an Personen richten, welche infolge anderer Werte oder Hilflosigkeit keine Handlungsabsichten haben)

# Schlussfolgerungen



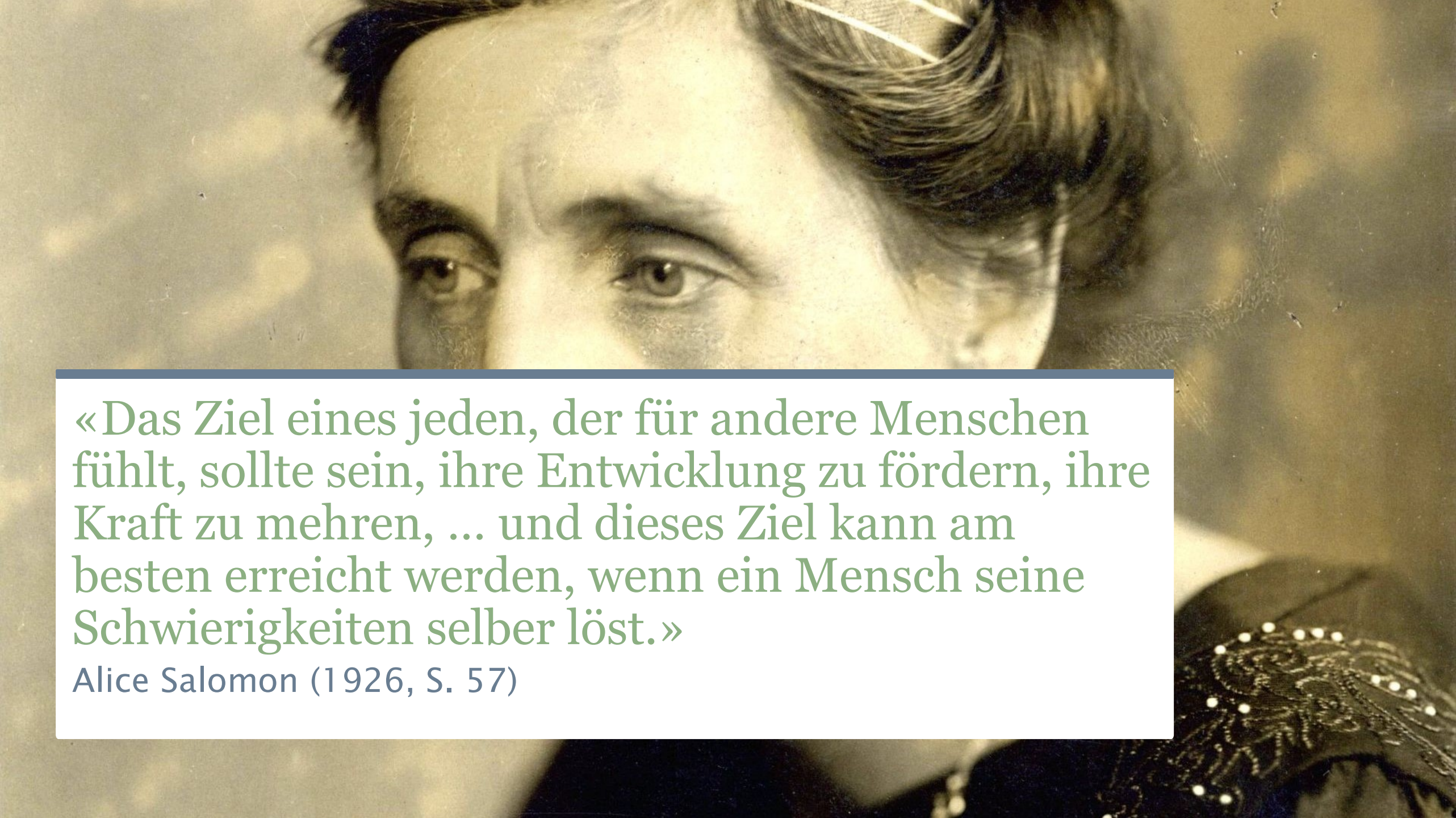
Die Wirkung persönlicher Hilfe lässt sich durch eine gezielte fachliche und organisatorische Ausgestaltung positiv beeinflussen.



Die Phasen der Selbsthilfe (Entscheidfindung, Handlungsausführung) bieten eine konzeptuelle Grundlage für die persönliche Hilfe.



Mit weiterer Praxisforschung können wir das Potenzial persönlicher Hilfe noch mehr ausschöpfen.



«Das Ziel eines jeden, der für andere Menschen fühlt, sollte sein, ihre Entwicklung zu fördern, ihre Kraft zu mehren, ... und dieses Ziel kann am besten erreicht werden, wenn ein Mensch seine Schwierigkeiten selber löst.»

Alice Salomon (1926, S. 57)

# Quellen

- Crocker, D. & Robeyns, I. (2010). Capability and Agency. In C. W. Morris (Hrsg.), *Amartya Sen* (S. 60-90). Cambridge: University Press.
- Eggl, A., Schüpbach, F. & Steger, S. (2021). *Nutzer\*innen-Befragung Sozialdienst* [Unveröffentlichter Bericht zuhanden Auftraggeber]. BFH: Bern.
- Haller, D., Jäggi, F. & Beiser, C. (2013). Interventionen und Wirkungen Sozialhilfe. BFH: Bern.
- Salomon, A. (1926). *Soziale Diagnose*. Berlin: Heymann.
- Steger, S. (2018). Hilfe zur Selbsthilfe. Universität Zürich: Philosophische Fakultät.
- Müller de Menezes, R. (2012). Soziale Arbeit in der Sozialhilfe: Eine qualitative Analyse von Fallbearbeitungen. Wiesbaden: VS.
- Wanberg, C. R. (2012). The Individual Experience of Unemployment. *Annual Review of Psychology*, 63(1), 369-396.

# Kontakt

Berner Fachhochschule

Soziale Arbeit


Prof. Dr. phil. [Simon Steger](#), dipl. Sozialarbeiter MSc

Stv. Leiter ASP Soziale Organisation

Dozent und Projektleiter

---

Hallerstrasse 10, 3012 Bern

 T direkt +41 31 848 36 91

[simon.steger@bfh.ch](mailto:simon.steger@bfh.ch)

[bfh.ch/soziale-arbeit](http://bfh.ch/soziale-arbeit)

 [linkedin.com/in/dr-steger-simon-raphael-694034120](https://www.linkedin.com/in/dr-steger-simon-raphael-694034120)