

Pressemitteilung

Berlin, 01. Juli 2026

Selbsthilfe in der Reha: Nur jede zehnte Klinik-Website informiert umfassend – Forschungsprojekt KoReS zeigt Wege zu mehr Kooperation

Selbsthilfegruppen gelten als wichtige Ergänzung zur medizinischen Rehabilitation – doch auf den Websites deutscher Reha-Kliniken kommt das Thema oft kaum vor. Das zeigen die Ergebnisse des Forschungsprojekts „Selbsthilfefreundlichkeit und Kooperation mit der Selbsthilfe in deutschen Rehabilitationskliniken“ (KoReS), die am 30. Juni 2026 im Rahmen eines Online-Transfer-Workshops vorgestellt wurden.

„Websites von Reha-Kliniken sind für Patient:innen zentrale Informationsquellen“, betonte Thea Bartzsch vom Institut für Medizinische Soziologie (IMS) am UKE Hamburg. Bei einer Analyse von 400 zufällig ausgewählten Klinik-Websites zeigten mehr als die Hälfte aller Kliniken gar keine (41,8 %) oder nur ansatzweise (18,8 %) Selbsthilfeorientierung.

„Mehr als 40 Prozent beschäftigen sich auf ihren Websites gar nicht mit Selbsthilfe“, erläuterte Bartzsch. Gleichzeitig verwies sie darauf, dass „es grundsätzlich geläufig ist, Selbsthilfe auf den Homepages der Reha-Kliniken zu thematisieren“. Immerhin ein Drittel der Kliniken berücksichtigt die Selbsthilfe auf ihrer Homepage „umfänglich“ und 7,3 Prozent tun dies sogar „außerordentlich“.

Das Institut für Medizinische Soziologie (IMS) am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE), das Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen (SPiG) und die Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG) führten das Projekt von Juli 2023 bis Dezember 2025 durch. Gefördert wurde KoReS von der Deutschen Rentenversicherung Bund (DRV Bund).

Untersucht wurde, wie die Zusammenarbeit zwischen Reha-Kliniken und Selbsthilfegruppen bzw. -organisationen heute aussieht, welche Faktoren sie fördern oder behindern – und wie sich das Konzept der Selbsthilfefreundlichkeit als Qualitätsmerkmal stärker verankern lässt. Rehabilitationskliniken gelten als besonders geeigneter Ort, um Patient:innen mit chronischen Erkrankungen oder Behinderungen an Selbsthilfegruppen heranzuführen, da hier direkt nach einer akuten Behandlungsphase Weichen für die Nachsorge gestellt werden.

Mehrperspektivische Methodik mit über 1.400 Teilnehmenden

Die Ergebnisse basieren auf einem mehrstufigen Vorgehen: einer Dokumenten- und Sekundärdatenanalyse von DRV-Daten (2010–2022), einer Analyse von 400

Reha-Klinik-Websites, 34 qualitativen Interviews und Fokusgruppen mit Vertreter:innen aus Selbsthilfe und Rehabilitation sowie einer quantitativen Online-Befragung mit 1.366 Selbsthilfeakteuren, Reha-Kliniken und Selbsthilfekontaktstellen bundesweit.

Zentrale Ergebnisse

Die Zusammenarbeit wird von allen Seiten positiv bewertet. Reha-Kliniken, Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfegruppen schätzen die Relevanz von Selbsthilfeinformationen für Patient:innen überwiegend hoch ein. Selbsthilfekontaktstellen bewerteten die Zusammenarbeit über alle Kooperationsstatus hinweg zu 100 Prozent als wichtig oder sehr wichtig.

Doch die Umsetzung hinkt hinterher. Prof. Dr. Dr. Alf Trojan berichtete, dass nur rund 11 Prozent der befragten Rehabilitand:innen in DRV-Erhebungen angaben, während ihrer Reha zu einer Selbsthilfe- oder Gesprächsgruppe angeregt worden zu sein – deutlich weniger als bei anderen gesundheitsfördernden Maßnahmen wie Ausdauersport oder Ernährungsumstellung. Auch in der aktuellen Klassifikation therapeutischer Leistungen (KTL) der DRV Bund findet sich auf 297 Seiten nur eine einzige Erwähnung von Selbsthilfegruppen. *„Erfreulicherweise zeigten die Dokumentenanalysen, dass die Bedeutung der Selbsthilfegruppen erkannt ist und mit deutlichen Worten gewürdigt wird. Leider ergaben die quantitativen Analysen von Rehabilitandenbefragungen aber, dass die Kooperation in der Praxis nur in äußerst geringem Umfang praktiziert wird! Diese Kluft gilt es zu schließen! Prof. Dr. Dr. Alf Trojan*

Als größte Hindernisse für Kooperationen nannten Selbsthilfegruppen ohne Klinikkontakt vor allem die hohe ehrenamtliche Auslastung ihrer Mitglieder, die fehlende Freistellung berufstätiger Mitglieder durch Arbeitgeber sowie die oft schlechte Erreichbarkeit der Kliniken.

Kliniken mit hoher Selbsthilfeorientierung zeichnen sich der Studie zufolge durch bestimmte Merkmale aus: Sie qualifizieren ihr Personal zum Thema Selbsthilfe, sind eher freigemeinnützig als privat getragen, nutzen das Netzwerk SPiG aktiv, haben Selbsthilfe Kooperation in ihr Qualitätsmanagement integriert und behandeln häufiger Patient:innen mit Suchterkrankungen – ein Indikationsbereich, in dem die Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe traditionell besonders stark verankert ist.

Unter dem Motto „Wo ein Wille ist, ist ein Weg“ stellte Studienleiter Dr. Christopher Kofahl einen 10-Punkte-Plan mit Handlungsempfehlungen vor: *„Damit eine Kooperation erfolgreich und nachhaltig verläuft, sollten sich alle Beteiligten im Vorfeld einer realistischen Selbstanalyse unterziehen. Insbesondere: Was sind unsere Erwartungen und Ziele der Kooperation? Welche Ressourcen haben wir? Was können wir anbieten und wo sind unsere Grenzen? Denn: überhöhte Erwartungen und nicht einhaltbare Versprechen führen zu Unzufriedenheit und gefährden begonnene Kooperationen.“*

Im Zentrum stehen unter anderem eine strukturelle statt personenabhängige Verankerung der Selbsthilfe Kooperation, eine stärkere Verantwortung der Klinikleitungen, verlässliche schriftliche Kooperationsvereinbarungen sowie eine engere Einbindung von Selbsthilfekontaktstellen.

„Die Umsetzung vom Konzept Selbsthilfefreundlichkeit als Qualitätsmerkmal in Reha-Kliniken ist dann nachhaltig – wenn das Commitment der Klinikleitung besteht, sich Mitarbeitende



Selbsthilfefreundlichkeit[®]
und Patientenorientierung
im Gesundheitswesen

verbindlich als Selbsthilfebeauftragte engagieren und die Selbsthilfekontaktstelle aktiv in der Kooperation mit den Selbsthilfegruppen/-organisationen mitwirkt", sagt Ines Krahn, Koordination Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen

Nächste Schritte

Das Projektteam arbeitet derzeit an einer praxisnahen Handreichung für Reha-Kliniken, Selbsthilfegruppen, -organisationen und Selbsthilfekontaktstellen, die in Kürze veröffentlicht werden soll. Zudem ist ein ausführlicher KoReS - Ergebnisbericht als Buchpublikation im Open-Access-Format geplant. Erste wissenschaftliche Ergebnisse sind bereits in der Fachzeitschrift *BMJ Open* sowie im *Journal of Medical Internet Research* erschienen; ein weiterer Beitrag erscheint in den nächsten Tagen in der Zeitschrift „Die Rehabilitation“.

Weitere Informationen finden Sie unter www.selbsthilfefreundlichkeit.de, www.uke.de/kores

Pressekontakt

Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen

Ansprechpartnerin

Ines Krahn, Bundeskoordination Netzwerk SPiG

E-Mail: info@selbsthilfefreundlichkeit.de

Telefon: 030 / 92 10 06 48 0

Über das Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit

Das Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen (SPiG) unterstützt Gesundheitseinrichtungen und Selbsthilfegruppen dabei, durch enge Kooperationen die Versorgung der Patient:innen und deren Angehörig zu verbessern und die Selbsthilfe nachhaltig in die medizinische Versorgung zu integrieren.

