



# SHE - Das Selbsthilfe-Projekt von Frauen mit HIV für Frauen mit HIV

Erstautorin: Jelena Gillich, GSSG – Gemeinnützige Stiftung Sexualität und Gesundheit  
Co-Autorinnen: SHE-Faculty-Mitglieder Ulla Clement-Wachter, Harriet Langanke, Annette Piecha, Ulrike Sonnenberg-Schwan

**Hintergrund/Ziele**  
Von den rund 80.000 Menschen mit HIV in Deutschland sind nach Angaben des Robert-Koch-Instituts weniger als 20 Prozent Frauen. Sie leben oft vereinzelt, haben nicht immer Kontakt zu anderen Betroffenen und tragen dazu noch oft die Verantwortung für Kinder und die Familie. Nicht für alle sind die Angebote der Aidshilfen nutzbar. Um besser mit der HIV-Infektion leben zu können besteht dringender Bedarf an Programmen für Frauen zur Vernetzung, Stärkung und zum Zusammenhalt.

**Projektbeschreibung**  
SHE ist ein europaweites Programm für Frauen mit HIV. Das englische Fürwort "she" (oder auf Deutsch "sie") weist darauf hin: es geht um Frauen. Als Abkürzung steht SHE für Strong, HIV-positive, Empowered Women. Im Deutschen also soviel wie: starke, HIV-positive, selbstbewusste Frauen.

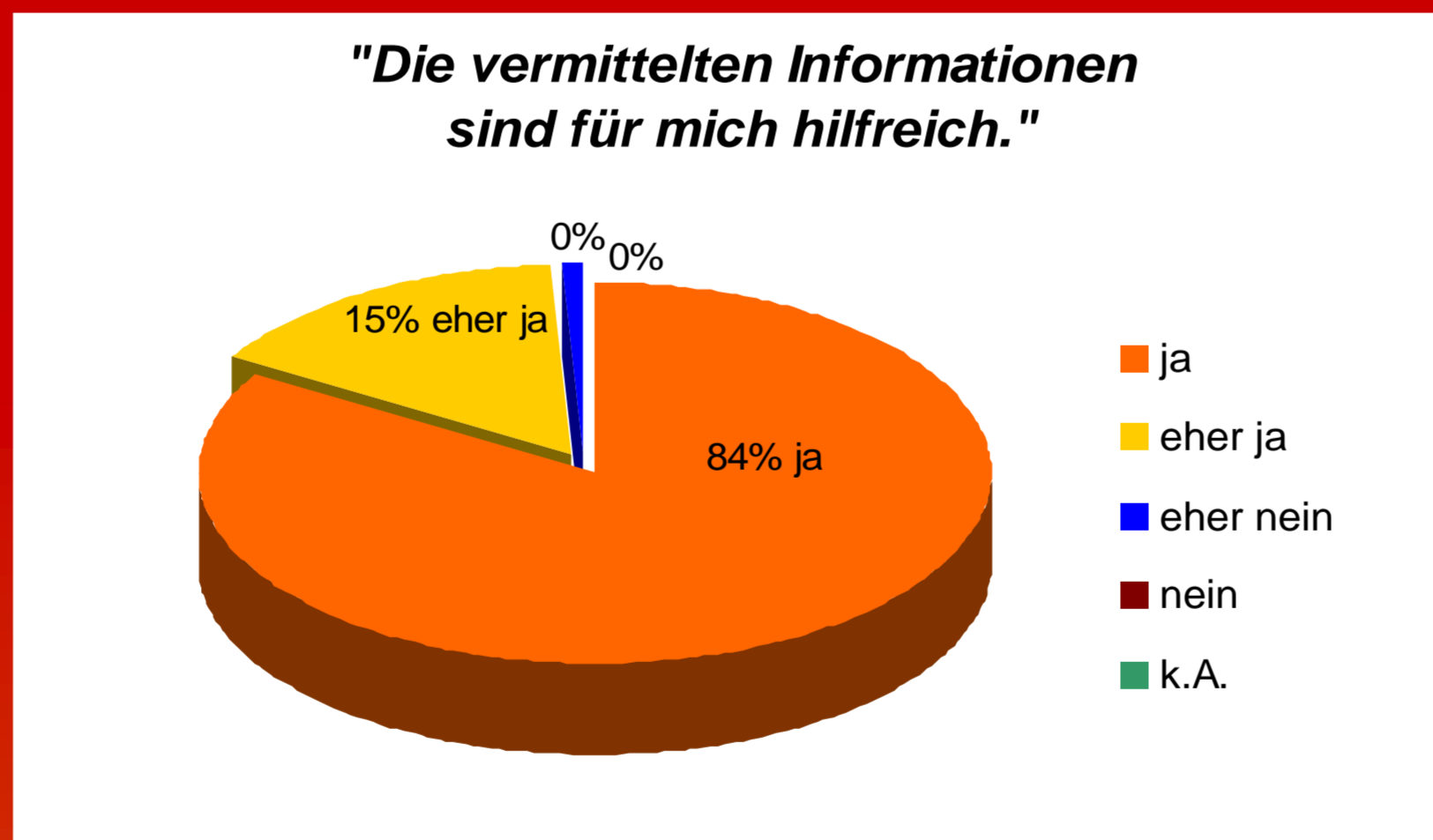
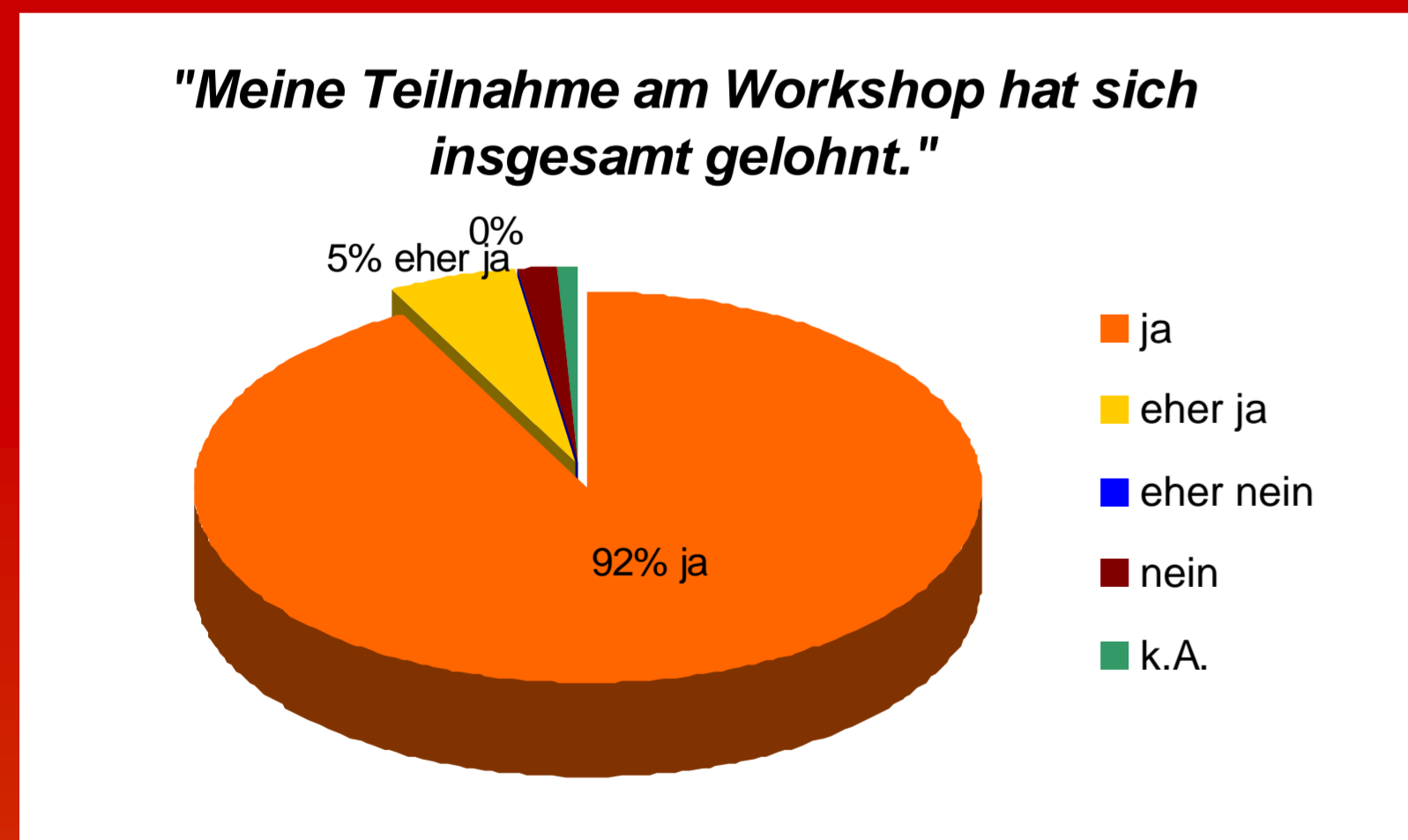
Das Programm nutzt den in der Selbsthilfe bewährten Peer-to-peer-Ansatz: Frauen mit HIV vermitteln anderen Frauen mit HIV ihr Wissen und bieten Unterstützung an. Das passiert in speziellen, niedrigschwelligen und kostenlosen Workshops, die dezentral in der gesamten Republik stattfinden, stets in Kooperation mit Arztpraxen, Ambulanzen oder Beratungsstellen. Die Themen der Workshops orientieren sich am Bedarf der Teilnehmerinnen und betreffen Fragen, die die Frauen beschäftigen. Das reicht von der Therapie-Treue im Alltag über den Umgang mit Stigmatisierung bis zur Frage „Wie sag ich's meinen Kindern?“.

Zwölf Frauen, die offen mit HIV leben, wurden speziell als SHE-Trainerinnen ausgebildet und werden auch weiterhin fortlaufend qualifiziert und begleitet. Dazu nehmen sie mindestens einmal im Jahr an einer Train-the-Trainer-Fortbildung mit speziell qualifizierten Fachreferentinnen teil. Fachlich und beratend begleitet wird das Programm von der SHE-Faculty, einem Fachbeirat, der aus vier Frauen besteht.

Die Workshops werden mit Flyern, durch persönliche Ansprache und in den sozialen Medien beworben. SHE präsentiert sich bei Veranstaltungen und nationalen und internationalen Kongressen.

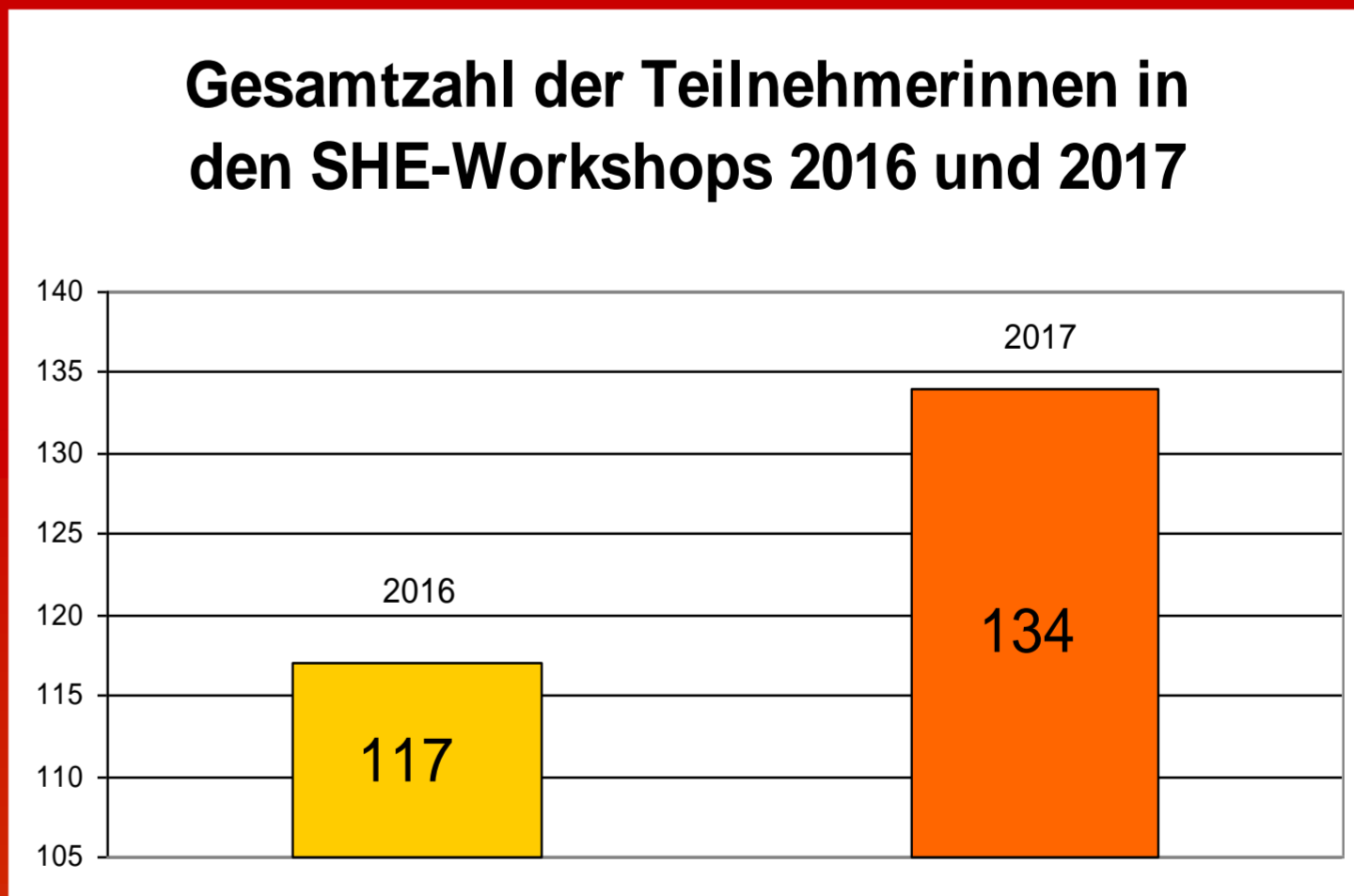
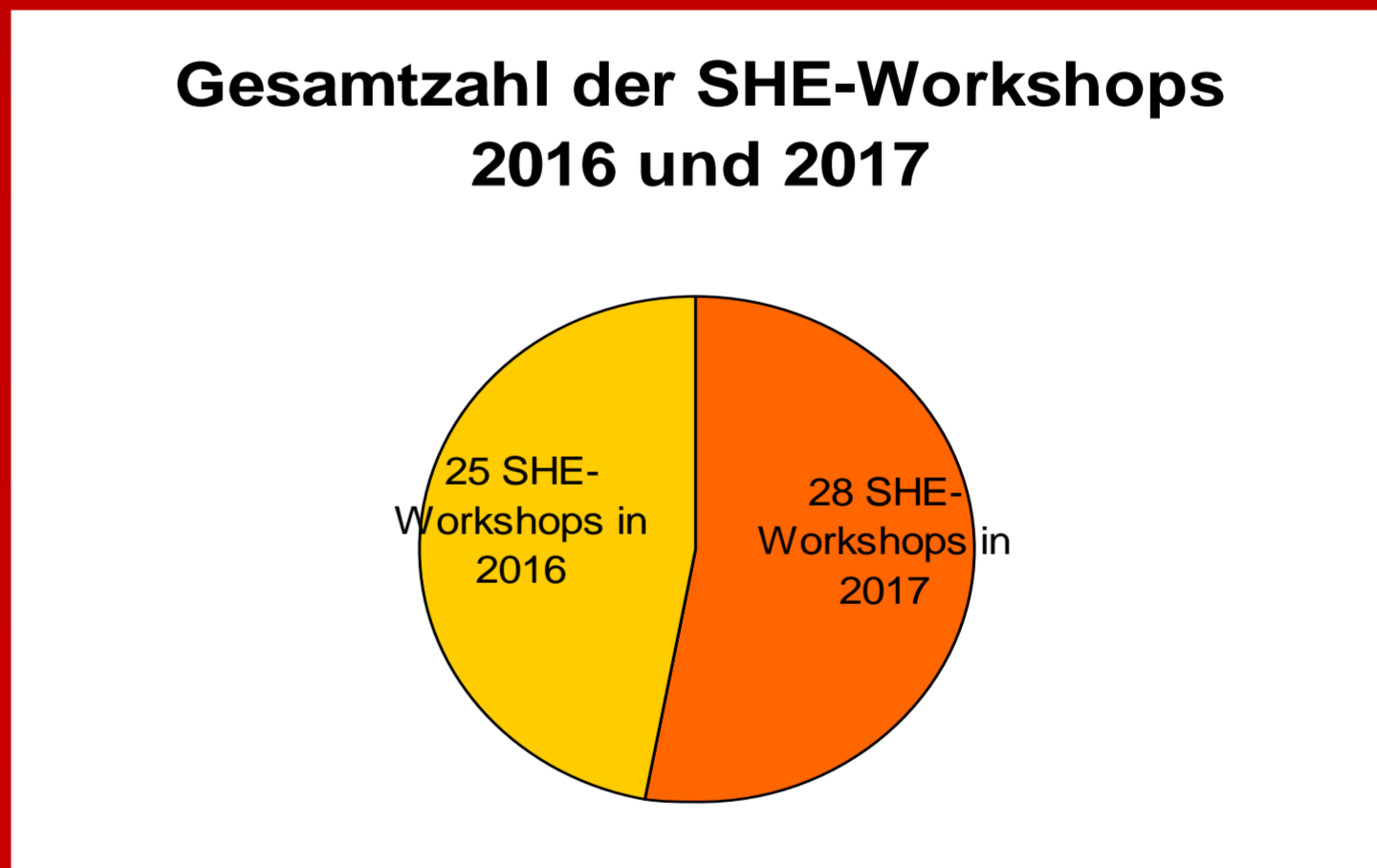
**Erfahrungen**  
Zwölf SHE-Trainerinnen haben in den Jahren 2016 und 2017 bundesweit insgesamt 53 SHE-Workshops geleitet und so über 250 Teilnehmerinnen erreicht. Damit nahmen durchschnittlich 5 Frauen pro Workshop teil, mal zwei, mal zehn.

**Evaluation**  
Die Workshops werden mithilfe eines speziell entwickelten Fragebogens, den die Teilnehmerinnen am Ende eines jeden Workshops ausfüllen, evaluiert. Für 2016 hat eine Sozialwissenschaftlerin das Programm ausgewertet. Einige Ergebnisse:



SHE-Workshops finden bundesweit statt

- KooperationspartnerInnen, z.B.:
- lokale Aids-Hilfen
  - Ambulanzen/Kliniken
  - Beratungsstellen, z.B. Aids-Seelsorge
  - (Frauen-) Gesundheitszentren
  - Schwerpunktpraxen
  - Kulturvereine



- Drei Faktoren, die das SHE-Programm besonders und unterstützenswert machen:
1. Peer-to-peer → Hilfe zur Selbsthilfe für Frauen wirkt!
  2. Lokale KooperationspartnerInnen → erreichen Frauen auch außerhalb traditioneller Settings!
  3. Laufende Begleitung und Train-the-Trainer-Schulungen → sichern die Kompetenz des SHE-Teams!



In Deutschland wird SHE von der GSSG getragen. Die GSSG ist als gemeinnützig anerkannt. Nach einer Initialförderung des pharmazeutischen Unternehmens Bristol-Myers Squibb von 2013 bis 2017 erhält das Projekt inzwischen Unterstützung von ViiV Healthcare und anderen Förderern. SHE benötigt dringend weitere Spenden.



GSSG - Gemeinnützige Stiftung Sexualität und Gesundheit, Odenwaldstraße 72, 51105 Köln  
T: 0221 – 340 80 40 • E: she@stiftung-gssg.org • I: www.stiftung-gssg.org  
Spendenkonto: Commerzbank Bank Köln • IBAN: DE54 3708 0040 0333 0606 00 • BIC: DRES DE FF 370



Zehn der zwölf SHE-Trainerinnen und die SHE-Faculty

Alle Bildrechte sind der GSSG vorbehalten.