



▶ **IX. Selbsthilfekonferenz** der Selbsthilfegruppen im Kreis Unna

Quo vadis Selbsthilfe?

20 Jahre Selbsthilfeförderung im Kreis Unna
Rückblick – Einblick – Ausblick

Samstag, 07. November 2009
Tanzschule Kochtokrax, Unna

Dokumentation

Impressum	
Herausgeber	Kreis Unna – Der Landrat Gesundheit und Verbraucherschutz
Redaktion	Anette Engelhardt
Layout und Druck	Kreis Unna Hausdruckerei
Auflage	600 03/2010

Inhaltsverzeichnis	Seite
Grußwort	5
Norbert Hahn Dezernent für Gesundheit und Verbraucherschutz	
Generationswechsel in Selbsthilfegruppen ist mehr als Nachfolge ermöglichen	7
Andreas Greiwe Der Paritätische NRW	
Tischgespräche zur Zukunft der Selbsthilfe.....	17
Lisbeth, Änne und Fritz	19
Gesprächsrunde.....	20
»20 Jahre Selbsthilfe-Förderung im Kreis Unna«	
Anhang	22

Grußwort

Sehr geehrte Damen und Herren!

Stellvertretend und abweichend vom vorliegenden Programm darf ich Sie heute morgen ganz herzlich zur neunten Selbsthilfekonferenz des Kreises Unna begrüßen und ich freue mich, dass Sie so zahlreich und zudem an einem Samstag unserer Einladung gefolgt sind.

Leider muss ich Herrn Landrat Makiolla für den Moment entschuldigen, er ist zurzeit bei einer Beerdigung in Werne und wird aber im Laufe der Konferenz noch zu uns kommen und dann auch sein vorgesehenes Grußwort an Sie richten.

Stellvertretend für Sie alle möchte ich zwei Teilnehmer dieser Selbsthilfekonferenz namentlich begrüßen: Herrn Dirk Kolar, seit der Kreistags-sitzung am vergangenen Dienstag Vorsitzender des Kreisausschusses für Gesundheit und Verbraucherschutz und damit Nachfolger von Martin Wiggermann.

Ihnen allen ein herzliches Willkommen und zu Dir, lieber Dirk, wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Dir und dem Ausschuss und ich bin mir sicher, dass die Belange der Selbsthilfe auch bei Dir immer ein offenes Ohr finden werden.

Zum zweiten möchte ich den Haupt-Referenten unserer Veranstaltung, Herrn Andreas Greiwe, vom Paritätischen Wohlfahrtsverband Nordrhein-Westfalen, ebenfalls ganz herzlich begrüßen und Ihnen, Herr Greiwe, danke ich zudem für Ihre sehr bereitwillige Zusage, zum Gelingen dieser Konferenz beizutragen.

In diesem Zusammenhang danke ich ebenso den Kolleginnen und Kollegen, stellvertretend insbesondere Frau Lisa Nießalla, für die gewohnt gute Vorbereitung und dem Hausherrn, den Eheleuten Kochtokrax, für die Bereitstellung dieser Räumlichkeit.

Verehrte Anwesende,

»Quo vadis Selbsthilfe?«, so haben wir diese neunte Selbsthilfekonferenz überschrieben.

Es geht also um die Zukunft der Selbsthilfe.

Aus meiner Sicht ist die Frage nach der Zukunft der Selbsthilfe nicht kleinlaut, nicht verhalten und vorsichtig oder gar hilflos zu stellen, sondern laut und deutlich selbstbewusst zu stellen, und zwar als Auftrag, mit positiver Perspektive und daher auch nicht mit einem Fragezeichen, sondern mit einem klaren Ausrufezeichen zu versehen.

Die Selbsthilfe, die Selbsthilfegruppen und die Selbsthilfeförderung haben im Kreis Unna, das ist Ihnen allen bekannt, einen sehr hohen Stellenwert.

Ohne den noch folgenden Gesprächen oder gar der Begrüßungsrede des Landrates vorzugreifen, will ich an dieser Stelle nur – quasi in das Thema einführend – auf die lange Tradition des Kreises in der Unterstützung der Selbsthilfe, die Gründung der Gesundheitshäuser im Jahr 1991, die Einrichtung der K.I.S.S., die bundesweit erste Selbsthilfekonferenz des Kreises Unna am 16.05.2000 hinweisen und könnte diese Feststellungen mit zahlreichen politischen Beschlüssen und Taten belegen.

Bei meiner Begrüßungsrede anlässlich der sechsten Selbsthilfekonferenz in der Rohrmeisterei in Schwerte, der Titel lautete damals »Ohne Moos nix los – Wege zur Mittelbeschaffung für die Selbsthilfe« habe ich unter anderem gesagt, dass die Selbsthilfeförderung im Kreis Unna als Pflichtaufgabe verstanden wird.

Daran hat sich bis heute nichts geändert.

Am vergangenen Dienstag hat der Kämmerer, Herr Kreisdirektor Stratmann, den Kreishaushalt im Kreistag eingebracht; der Entwurf wird nun von den politischen Parteien beraten und soll nach augenblicklicher Planung am 15. Dezember beschlossen werden.

Meine sehr geehrten Damen und Herren,

Herr Stratmann war einer meiner Vorgänger in der Funktion des Gesundheitsdezernenten und auch er weiß – als Mann der ersten Stunde und des Beginns der Selbsthilfeförderung im Kreis Unna – welche wichtige gesellschaftliche Aufgabe durch

die Selbsthilfe im Kreis Unna wahrgenommen wird.

Ich sage es ganz deutlich, ohne die bewährten Selbsthilfestrukturen im Kreis Unna wären die vielfältigen Anforderungen und Bedarfe an Versorgung, Information und Begleitung nicht erfüllbar.

Und so macht mich auch diese Konstellation, ehemaliger Gesundheitsdezernent und nun Kämmerer, recht sicher, dass trotz der bekannten äußerst schwierigen, ja desolaten finanziellen Lage der kommunalen Haushalte und des Kreishaushaltes diese Förderung auch weiterhin Bestand haben wird.

Letztlich entscheidend ist allerdings der Beschluss des Kreistages.

Unsere gemeinsame Aufgabe ist es, bei jeder sich bietenden Gelegenheit auf die Bedeutung und

die Notwendigkeit der Selbsthilfe im Kreis Unna hinzuweisen, auch deshalb ist es uns eine liebege-wordene Tradition, dass den Selbsthilfegruppen im Kreisgebiet immer wieder Gelegenheit gegeben wird, sich mit ihrer Arbeit und ihren Aufgabenstellungen zu Beginn der Sitzungen sich im Ausschuss für Gesundheit und Verbraucherschutz vorzustellen.

Meine sehr geehrten Damen und Herren,

auch mit der Ausrichtung dieser neunten Selbsthilfekonferenz möchten wir ganz öffentlich ein deutliches Zeichen setzen und die Wichtigkeit, die Bedeutung der Selbsthilfe im Kreis Unna herausstellen.

Ich freue mich nun auf den Vortrag von Herrn Greiwe, wünsche uns allen eine informative Veranstaltung, gute Gespräche und danke Ihnen ganz herzlich für Ihre Aufmerksamkeit.

Generationswechsel in Selbsthilfegruppen ist mehr als Nachfolge ermöglichen

Beitrag für die IX. Selbsthilfekonferenz der Selbsthilfegruppen im Kreis Unna

am 07. November 2009 in Unna

Die Klagen vieler Selbsthilfegruppen ähneln sich: »Unsere Gruppe ist überaltert. Wir haben zu wenig neue und so gut wie keine jüngeren Mitglieder. Immer weniger sind bereit, Verantwortung für die Gruppenarbeit zu übernehmen. Der anstehende Generationswechsel gefährdet die Existenz unserer Gruppe.«

Häufig gehen Schwierigkeiten beim Generationswechsel auf Aspekte des Gruppenlebens zurück, die nicht auf den ersten Blick als hier wesentlich erscheinen. Das Thema Generationswechsel spiegelt nicht selten vielfältige Probleme wider, oft werden – bisher verdeckte oder versteckte – Konflikte berührt und erkennbar.

Vordergründig nur »Nachfolge« zu ermöglichen, erweist sich dann als verkürzte Herangehensweise, die nicht nachhaltig die Gruppe stärkt und in ihrer Entwicklung voranbringt. Dem Motto »Mehr vom Gleichen« zu folgen ist gerade in Krisen nicht hilfreich. Nach meinen Erfahrungen gelingt der Generationswechsel in einer Selbsthilfegruppe dann am besten, wenn die Gruppe bereit ist, die Aspekte, die sich hinter dem Thema Generationswechsel verbergen, offen und ehrlich anzuschauen und Konsequenzen daraus zu ziehen. So kann die Krise zur Herausforderung und Chance werden.

Die Konkurrenz für die Selbsthilfegruppen nimmt zu – »back to the roots«?

Selbsthilfegruppen und -Organisationen stehen in zunehmender Konkurrenz zu anderen Akteuren auf dem Gebiet der Informationsbeschaffung und -vermittlung. Hier ist insbesondere das Internet mit seinen vielfältigen Möglichkeiten zu nennen. Immer mehr Selbsthilfegruppen nehmen diese Konkurrenz an und wollen hier »gegenhalten«. Dafür erhöhen sie ihren Output, ihren Service für Mitglieder und Außenstehende (»Mehr vom Gleichen«) und erweitern ihre Kompetenzen durch Qualifizierungen. Selbsthilfegruppen werden so nicht selten zu (kostenfreien) Auskunftsteilen. Dies fördert jedoch die Konsumhaltung der an Selbsthilfe Interessierten und bindet nur wenige Menschen nachhaltig an die Gruppen.

Die Leitungsrolle der SprecherInnen/LeiterInnen wird durch ein solches Vorgehen i. d. R. ausgebaut und verfestigt. Die LeiterInnen geraten immer mehr unter Druck, den Anforderungen der Gruppenmitglieder, der neu an der Gruppe interessierten Betroffenen, der Außenstehenden (nicht selten Profis) und insbesondere ihren eigenen gerecht zu werden.

Mit der Bedeutung der GruppenleiterInnen nimmt auch deren Belastung entsprechend zu. Dies hat u. a. Folgen für die Bewältigung anstehender Generationswechsel. Mit Blick auf die hohe (zeitliche wie emotionale) Belastung der GruppenleiterInnen und der damit verbundenen Verantwortung werden die Gruppenmitglieder abgeschreckt, die eventuell bereit wären, mehr Verantwortung in der Selbsthilfegruppe zu übernehmen. Potenzielles Engagement kann sich so nicht oder nur schwer entfalten, der Generationswechsel wird weiter hinausgezögert, was wiederum die Existenz der Gruppe gefährden kann.

Um dieser Entwicklung entgegen zu wirken, können / müssen Akzente (neu) gesetzt werden

- sowohl auf der Ebene der inhaltlichen Ausrichtung der Selbsthilfegruppen (Selbstverständnis, Zielsetzungen etc.),
- wie bei der Struktur des Miteinanders (Leitungsfrage, Verteilung von Aufgaben und Verantwortlichkeiten etc.)

Hier kann ein Blick auf das helfen, was die Selbsthilfe ausmacht, was das Originäre dieses Hilfeansatzes ist. Die spezifische Qualität der Selbsthilfe ist vorrangig begründet in dem zentralen Merkmal der Selbsthilfe in Gruppen: die gemeinsame, »am eigenen Leibe« erfahrene Betroffenheit von einem gleichen oder ähnlichen Problem bzw. Anliegen. Diese eigene Betroffenheit gibt den Einzelnen die Kraft und Energie, in den Selbsthilfegruppen sich selber weiter entwickeln zu wollen und dabei auch noch anderen, ebenfalls Betroffenen, zu helfen und bei deren Weg zu unterstützen. Es geht um Möglichkeiten zur persönlichen Weiterentwicklung, zur Selbstentfaltung, zum Verbinden

von Selbstsorge und Selbstentfaltung und dies gemeinsam mit und für andere. Selbsthilfe heißt zu Recht: »Für sich und für andere.« Die emotionale Unterstützung in und durch eine Selbsthilfegruppe macht diese Hilfeform so besonders und so besonders wirksam.

Die o. g. Entwicklung mancher Selbsthilfegruppen (hin zu einer Serviceeinrichtung) führt weg von der originären Qualität der Selbsthilfe. Statt auf die Kraft der Gruppe, auf die heilsame Wirkung der Nähe und persönlichen Unterstützung anderer Betroffener zu setzen, wird versucht, die – gegenüber Internet etc. – bessere Informationsstelle sein zu wollen oder durch »attraktive Angebote« Interessenten »locken« zu können.

Es ist zu fragen, ob eine Rück-Besinnung auf das, was die Selbsthilfe in Gruppen ausmacht, nicht ein besserer Weg wäre. Gemeinsame Betroffenheit als zentrale Quelle der Kraft der Selbsthilfegruppe muss wieder stärker in den Vordergrund gestellt und erlebbar (gemacht) werden.

Hier könnte es Aufgabe der Kontaktstellen sein, gemeinsam mit den Gruppen (LeiterInnen und Gruppenmitglieder) das Selbstverständnis und die Zielsetzungen der Gruppe zu reflektieren und – wenn die Gruppe es wünscht – Hilfen anzubieten, diese neu zu definieren und Konsequenzen für das Miteinander zu erarbeiten. Eine solche stärkere Betonung von Gemeinschaft und Miteinander hätte auch unmittelbare Auswirkungen auf das Thema Generationswechsel.

Mehrere Aspekte begünstigen die o. g. Entwicklung und tragen mit zu den Schwierigkeiten, das Ursprüngliche von Selbsthilfe in Gruppen in den Mittelpunkt des Engagements und des Miteinanders zu stellen. Die mangelnde (Selbsthilfe-) Gruppenfähigkeit vieler Menschen sowie allgemeine Schwellenängste und Unsicherheiten gegenüber Selbsthilfegruppen sind eher allgemeiner Natur und von den Selbsthilfegruppen wie den Selbsthilfe-Kontaktstellen nur schwer zu beeinflussen.

Die beiden folgenden Aspekte berühren jedoch Punkte, die zum unmittelbaren Handlungsfeld der Selbsthilfegruppen wie der Kontaktstellen gehören und daher beeinflussbar(er) sind. Hier ist zuerst die mangelnde Erfahrbarkeit, Erlebbarkeit

von Selbsthilfe in (manchen) Selbsthilfegruppen zu nennen. Eine Zielsetzung, die die Selbsthilfegruppe zunehmend in der Rolle eines Dienstleisters sieht und vorrangig Angebote bieten will, drängt das Originäre und damit das letztlich auch nachhaltig »Anziehende« einer Selbsthilfegruppe zurück. Die heilsame Gemeinschaft wird immer weniger konkret am eigenen Leibe erlebbar. Eine gemeinsame Bestimmung der Zielsetzung und des Selbstverständnisses der Selbsthilfegruppe schafft wichtige Voraussetzungen für einen gelungenen Generationswechsel. Dies erleichtert den Mitgliedern, die unter bestimmten Umständen (welchen Umständen?) bereit wären, mehr Verantwortung zu übernehmen, die Entscheidung hin zu einem größeren Engagement. Diese Personen müssen wissen, worauf sie sich einlassen, was die anderen Gruppenmitglieder erwarten und wohin der Weg der Gruppe gehen soll. Mit Blick auf ihren eigene Zeit- und Belastungsressourcen (es wird viel zu oft vergessen, dass die GruppenleiterInnen i. d. R. ja auch Betroffene sind) können dann weitere Absprachen und Vereinbarungen zum Miteinander in der Gruppe ausgehandelt werden.

Der zweite zentrale Aspekt ist das Miteinander in der Selbsthilfegruppe – die häufig »traditionellen« Strukturen in der Selbsthilfe. Die Strukturen im Miteinander (Rolle und Legitimation der Leitung, Beteiligungsmöglichkeiten der Gruppenmitglieder, Umgang mit neuen Mitgliedern etc.) haben entscheidende Auswirkungen auf die Attraktivität der Gruppe und auf die Belastung, die mit der Übernahme der Gruppenleitung verbunden sind. Der Generationswechsel ist oft darum so schwierig, weil die Beteiligungsstrukturen in Selbsthilfegruppen für viele Menschen nicht attraktiv sind, nicht selten abschrecken und von einem langfristigen Engagement abhalten (dies führt u. a. zum Selbsthilfegruppen-Hopping und fördert die Konsumhaltung der TeilnehmerInnen).

Ist Selbsthilfe nicht attraktiv (genug) für Junge?

Die zu Anfang zitierte Klage vieler Selbsthilfegruppen macht explizit auch die Integration »jüngerer« Menschen zum Thema: »Unsere Gruppe ist überaltert. Wir haben zu wenig neue und so gut wie keine jüngeren Mitglieder.« Das Projekt »Brücken bauen« der großen Sucht-Selbsthilfeverbände

hat sich eingehend mit der Integration von »Jungen« in die Selbsthilfe befasst und stellte fest, die Verbände und Selbsthilfegruppen müssen »umdenken«, um attraktiv(er) für junge Menschen zu sein. Im Projektbericht werden u. a. kritisch angesprochen:

- die hierarchischen Gruppenstrukturen,
- die (zu) große Bedeutung der Leitungsperson,
- das starre Miteinander in den Gruppen,
- die »Komm-Struktur« der Gruppen.

Zu oft werde vernachlässigt, dass gerade jüngere Menschen in der Anfangsphase ihres Selbsthilfe-Engagements mehr Begleitung benötigen und wünschen. Und auch die unterschiedlichen »Konsummuster« der Generationen und den Wunsch vieler jüngerer Menschen, nach zeitlich begrenzter Teilnahme an der Selbsthilfegruppe, blieben vielfach unberücksichtigt. Hier finden sich viele Parallelen zu der o. g. These, dass sich hinter dem Thema Generationswechsel andere Probleme »verstecken«.

Bei der Diskussion zur Integration Jüngerer in die Selbsthilfe müssen aber auch noch weitere Aspekte beachtet werden:

- Der allgemeine demografische Wandel; die Gesellschaft wird insgesamt älter.
- Der Anteil von Menschen mit Migrationshintergrund ist in der Altersstufe der »jungen Erwachsenen« besonders hoch.
- Viele Probleme (insbesondere chronische Erkrankungen) treten gehäuft erst mit zunehmenden Alter auf.
- Wer soll hier angesprochen werden? Was heißt »Junge«? Nicht nur die 20-jährigen fehlen in der Selbsthilfe, auch die 30/40-jährigen sind unterrepräsentiert.

Ein komplexes Problem – einfache Lösungen?

Gerade mit Blick auf den Einbezug neuer, jüngerer Mitglieder sind aus meiner Sicht beim Generationswechsel folgende Aspekte zu beachten:

1.

Eine Ausrichtung, die die Selbsthilfegruppe zunehmend in der Rolle eines Dienstleisters sieht, drängt das Originäre und damit das letztlich »Anziehende« einer Selbsthilfegruppe zurück. Hier

kann eine gemeinsame Neu-Bestimmung der Zielsetzung und des Selbstverständnisses der Selbsthilfegruppe wichtige Voraussetzungen für einen gelungenen Generationswechsel schaffen.

2.

Das Miteinander in der Gruppe (Rolle und Legitimation der Leitung, Beteiligungsmöglichkeiten der Mitglieder, Umgang mit neuen Interessenten) hat wesentliche Auswirkungen auf die Attraktivität der Gruppe. Starre Leitungs – und Beteiligungsstrukturen in Selbsthilfegruppen schrecken (nicht nur) viele jüngere Menschen ab. Das Miteinander in der Gruppe stellt die Weichen,

- ob neue – insbesondere jüngere – Interessenten nachhaltig angesprochen und integriert werden können,
- ob es ein Gruppenleben gibt, welches von mehreren Personen gestaltet wird,
- ob die Gruppenmitglieder sich so einbringen können, dass sie bereit sind, Mitverantwortung zu übernehmen,
- ob der Wunsch von jüngeren Menschen, sich zeitlich begrenzt einzubringen, konstruktiv in die Gruppenarbeit integriert werden kann,
- ob Menschen aus den verschiedenen Generationen und mit unterschiedlichem kulturellen Hintergrund von einander profitieren und sich gegenseitig stützen können.

3.

Bundesweit ist noch immer ein wachsendes Interesse an Selbsthilfegruppen festzustellen. Dies trifft ganz besonders für den Bereich psychische und psychosomatische Erkrankungen zu. Das aber sind Themen und Anliegen, von denen überdurchschnittlich stark jüngere Menschen betroffen sind. Gerade den hier an Selbsthilfe interessierten Menschen fehlen jedoch oft – das ist nicht selten Ausdruck und Folge ihrer spezifischen Betroffenheit – die kommunikativen Fähigkeiten, um die Mitarbeit in einer Selbsthilfegruppe für sich (und andere) konstruktiv zu gestalten. Gerade für die jüngeren Menschen muss daher verstärkt über besondere Formen der Hinführung zur Selbsthilfe(gruppe) nachgedacht werden (Patent- und Mentorenmodelle, Projekt In-Gang-Setzer etc.). Eine Vorgehensweise, die sich im übrigen auch bei der Ansprache von MigrantInnen als hilfreich erweist.

Die Integration jüngerer Mitglieder und ein gewünschter Generationswechsel kann demnach am ehesten gelingen, wenn die Gruppe bereit ist, Selbstverständnis und Zielsetzungen zu reflektieren sowie die Gruppenstrukturen zu hinterfragen und – wo erforderlich – zu verändern. Konkret ist z. B. zu prüfen, wie die Gruppe überhaupt »Neue« aufnimmt, wie sie diese anwirbt, begrüßt, begleitet, unterstützt. Ob die Gruppe bereit ist, die Ideen und Anregungen der Neuen auch zu schätzen oder mit Hinweis auf jahrelange Gewohnheiten zur Seite schiebt (und damit Interessenten »vor die Tür setzt«).

Gerade das Internet hat für die jüngere Generation besondere Bedeutung und wird intensiv genutzt. Selbsthilfegruppen sollten sich hier nicht auf einen Wettlauf einlassen, sondern sich auf ihr »Kerngeschäft« konzentrieren – dort, wo sie stark sind ihre Stärken noch ausbauen; das, was nur der persönliche Kontakt mit gleichermaßen Betroffenen ausmacht erlebbar und wirksam machen: Die Kraft der Gruppe und die helfende, heilende Wirkung der Gemeinschaft.

Eine Aufgabe der Selbsthilfe-Kontaktstellen ist es, die Selbsthilfegruppen für das Thema Generationswechsel und insbesondere für dessen Bezug zu den anderen, o. g. Aspekten (Selbstverständnis, Gruppenstrukturen etc.) zu sensibilisieren. Dabei müssen die MitarbeiterInnen der Kontaktstellen behutsam vorgehen, um nicht ihre eigene Vorstellungen den Gruppen überzustülpen. Es geht vielmehr darum, es den Gruppen zu erleichtern, ihre eigenen Vorstellungen von Selbsthilfegruppe(n-Arbeit) zu reflektieren und ihre gruppeneigenen Handlungsmöglichkeiten beim Prozess des Generationswechsels zu erkennen und diese ggf.

– wenn die Mitglieder der Gruppe es gemeinsam wünschen – mit Unterstützung der Kontaktstelle auszubauen.

Die Botschaft der Selbsthilfe-Kontaktstellen an die Selbsthilfegruppen, die bei der Bewältigung von anstehenden Generationswechseln Unterstützung und Begleitung wünschen, könnte heißen:

- Generationswechsel ist oft mehr als Nachfolge ermöglichen!
Generationswechsel ist häufig nicht: Wir (die Gruppe) machen alles so weiter wie bisher, wechseln nur den »Kopf« an der Spitze aus.
- Generationswechsel kann am ehesten gelingen, wenn die Gruppe bereit ist, Selbstverständnis und Zielsetzungen zu reflektieren sowie die Gruppen-Strukturen zu hinterfragen und ggf. zu verändern.
- Die Kontaktstellen bieten ihre Unterstützung an, diese Prozesse zu begleiten und – wo gewünscht – als Impulsgeber und Diskussionspartner sich einzubringen.

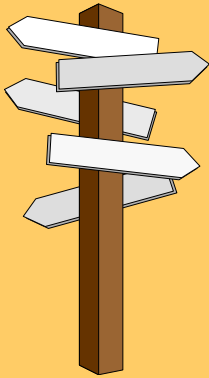
»Für jedes noch so komplexe Problem gibt es eine ganz einfache Lösung – und die ist falsch.«

(Umberto Eco)

Andreas Greiwe

- Fachberater Selbsthilfe/-Kontaktstellen beim Paritätischen Wohlfahrtsverband NRW
- Fortbildner und Konfliktberater
Der Paritätische Wohlfahrtsverband NRW,
Friedrichstraße 1-2 | 48282 Emsdetten
Fon 02572 953566
E-Mail andreas.greiwe@paritaet-nrw.org
www.paritaet-nrw.org

Schwierigkeiten beim Generationswechsel in Selbsthilfegruppen – oft ein Spiegel anderer Probleme



Andreas Greiwe,
Konfliktberater + Coach, Rheine
andreas-greiwe@t-online.de

Die Klagen vieler Selbsthilfegruppen ähneln sich:

- „Unsere Gruppe ist überaltert.“
 - „Wir haben zu wenig neue und so gut wie keine jüngeren Mitglieder.“
 - „Immer weniger sind bereit, Verantwortung für die Gruppenarbeit zu übernehmen.“
- ➔ „Der anstehende Generationswechsel gefährdet die Existenz unserer Gruppe.“

„Mehr vom Gleichen“ ⚡

- Schwierigkeiten beim Generationswechsel gehen häufig auf andere Aspekte des Gruppenlebens zurück.
- Dem Motto „Mehr vom Gleichen“ zu folgen ist gerade in Krisen nicht hilfreich.



3

© Andreas Greiwe

Die Konkurrenz für die Selbsthilfegruppen nimmt zu – „back to the roots“?

- Selbsthilfegruppen in zunehmender Konkurrenz auf dem Gebiet der Informationsbeschaffung / –vermittlung (Internet !!)
- Selbsthilfegruppen
 - „halten dagegen“, erhöhen Output + Service, bieten „attraktive Angebote“
 - erweitern ihre Kompetenzen (Qualifizierungen)
- Folgen
 - Konsumhaltung steigt
 - nur wenige Menschen werden nachhaltig an Gruppe gebunden
 - Leitungsrolle wird ausgebaut + verfestigt
 - entsprechend nimmt Belastung zu
 - Gruppenmitglieder, die bereit wären, mehr Verantwortung zu übernehmen, werden abgeschreckt
- → Generationswechsel ⚡

4

© Andreas Greiwe

Was könnte helfen ??

- Akzente (neu) setzen ?
 - ... inhaltliche Ausrichtung der Gruppen (Selbstverständnis, Zielsetzungen),
 - ... Struktur des Miteinanders (Leitungsfrage, Verteilung von Aufgaben)
- Ein Blick auf das, was das Originäre von Selbsthilfe ist ?? !!



© Andreas Greiwe

5

„Hab` ich dein Ohr nur,
find` ich schon mein Wort.“



© Andreas Greiwe

6

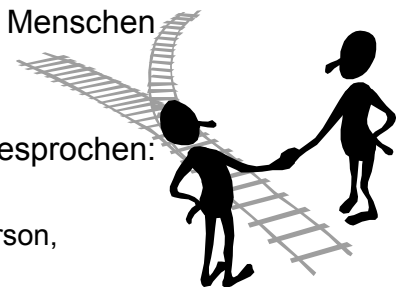
Ist Selbsthilfe nicht attraktiv (genug) für Junge?

Zentrales Ergebnis aus dem Projekt „Brücken bauen“
(Gemeinschaftsprojekt der großen Sucht-Selbsthilfeverbände):

„Die Verbände und Selbsthilfegruppen müssen
‘umdenken’, um attraktiv(er) für junge Menschen
zu sein.“

Im Projektbericht werden u. a. kritisch angesprochen:

- die hierarchischen Gruppenstrukturen,
- die (zu) große Bedeutung der Leitungsperson,
- das starre Miteinander in den Gruppen,
- die „Komm-Struktur“ der Gruppen.



7

© Andreas Greiwe

Ein komplexes Problem – einfache Lösungen? Teil 1

- Eine Ausrichtung, die die Selbsthilfegruppe zunehmend in der Rolle eines Dienstleisters sieht, drängt das Originäre und damit das letztlich „Anziehende“ einer Selbsthilfegruppe zurück.
- Das Miteinander in der Gruppe (Rolle und Legitimation der Leitung, Beteiligungsmöglichkeiten der Mitglieder, Umgang mit neuen Interessenten) hat wesentliche Auswirkungen auf die Attraktivität der Gruppe.
- Starre Leitungs – und Beteiligungsstrukturen in Selbsthilfegruppen schrecken (nicht nur) viele jüngere Menschen ab.

8

© Andreas Greiwe

Ein komplexes Problem – einfache Lösungen? Teil 2

Das Miteinander in der Gruppe stellt die Weichen,

- ob neue – insbesondere jüngere – Interessenten nachhaltig angesprochen und integriert werden können,
- ob es ein Gruppenleben gibt, welches von mehreren Personen gestaltet wird,
- ob die Gruppenmitglieder sich so einbringen können, dass sie bereit sind, Mitverantwortung zu übernehmen,
- ob der Wunsch von jüngeren Menschen, sich zeitlich begrenzt einzubringen, konstruktiv in die Gruppenarbeit integriert werden kann,
- ob Menschen aus den verschiedenen Generationen und mit unterschiedlichem kulturellen Hintergrund von einander profitieren und sich gegenseitig stützen können.

9

© Andreas Greiwe

Für jedes noch so komplexe Problem gibt es eine ganz einfache Lösung –



und die ist falsch.

Umberto Eco

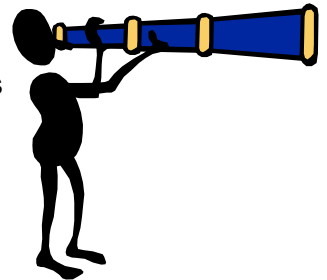


© Andreas Greiwe

10

Die Chancen in der Krise

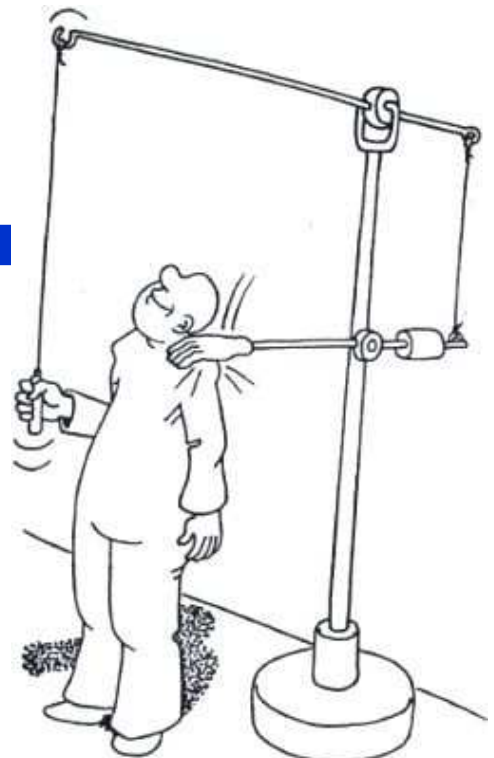
- Generationswechsel ist oft mehr als Nachfolge ermöglichen!
- Generationswechsel kann am ehesten gelingen, wenn die Gruppe bereit ist, ihr Selbstverständnis und Miteinander zu reflektieren.
- Eine gelungene Beschäftigung mit dem Thema bietet der Selbsthilfegruppe die Chance,
 - die Mitglieder stärker an sich zu binden und zu aktivieren,
 - attraktiver für Außenstehende – gerade auch für jüngere Betroffene – zu sein.



11

© Andreas Greiwe

**Herzlichen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit !!**



12

© Andreas Greiwe

Tischgespräche zur Zukunft der Selbsthilfe

Im Rahmen der Selbsthilfekonferenz sollen mit der Methode des World Café (wechselnde Tischgespräche) Fragen zur Veränderung der Selbsthilfe, zum Generationswechsel und dem was Selbsthilfe braucht, um für die Zukunft gewappnet zu sein, mit den Teilnehmer/innen diskutiert werden.

Die Methode

Das »World-Café« ist eine Großgruppenmethode um viele Menschen zu einem Thema ins Gespräch zu bringen. Ziel ist ein offenes Gespräch, das nicht auf Ergebnisse fixiert ist, das anregen und informieren und vielleicht auch nachdenklich machen soll. Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit von den anderen Teilnehmern Neues zu erfahren. Aufgeteilt in kleinen wechselnden Tischgruppen sollen die Konferenzteilnehmer miteinander ins Gespräch kommen – und zwar

- über die Fragen, die für die jeweilige Tischgruppe vorbereitet wurden
- oder über das Referat von Herrn Greiwe
- oder über Fragen, die die Teilnehmer eventuell mitgebracht haben.

Der Ablauf

Es werden sieben Tischgruppen gebildet, an denen so genannte Gastgeber die Teilnehmer begrüßen und das Gespräch begleiten.

Die Gastgeber sind:

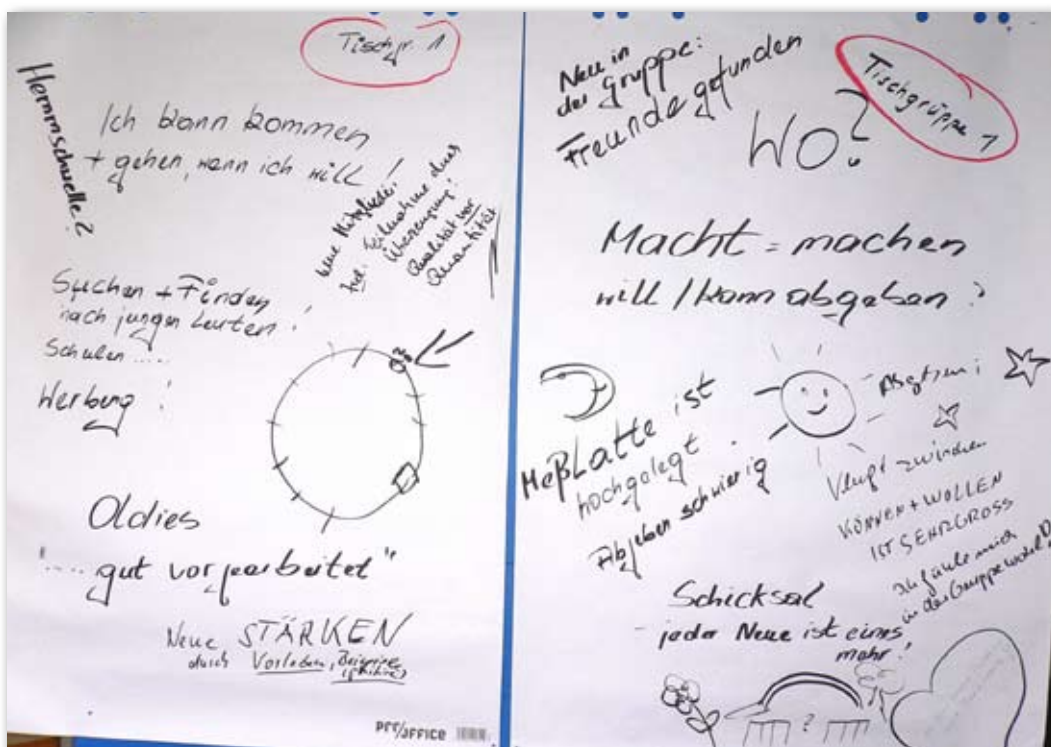
1. Andrea Kleff
2. Gabi Olbrich Steiner
3. Burckhard Elsner
4. Margret Voß
5. Rudi Knecht
6. Anette Engelhardt
7. Karl-F. Diehle

Nach ca. 20 Min. wechseln die Teilnehmer die Tischgruppe. Jeder setzt sich an einen anderen Tisch, wodurch die Gruppen neu gemischt werden. Die Gastgeber bleiben an den Tischen sitzen, begrüßen die neuen Gesprächspartner und diese neue Gruppe spricht wieder über die Fragen, die dem Tisch zugeordnet sind.

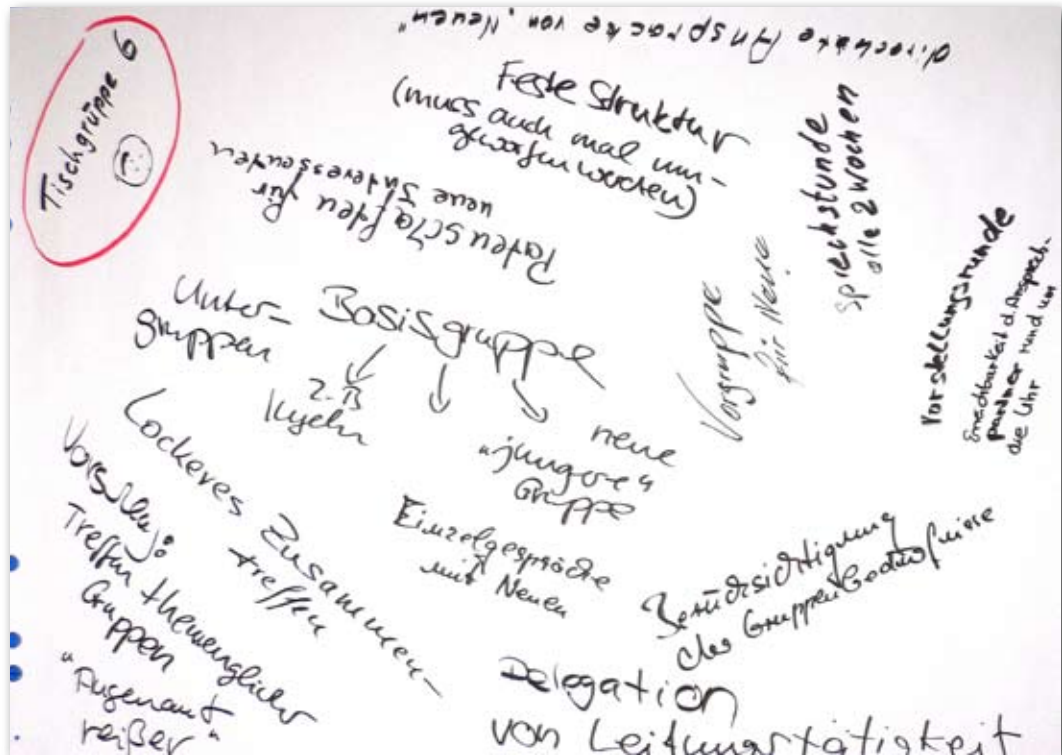
Alles, was den Teilnehmern im Gespräch wichtig erscheint, »kritzeln« sie auf die »Tischdecken« (Flipchart-Papier, das auf den Tischen liegt).

Themen der Tischgruppen

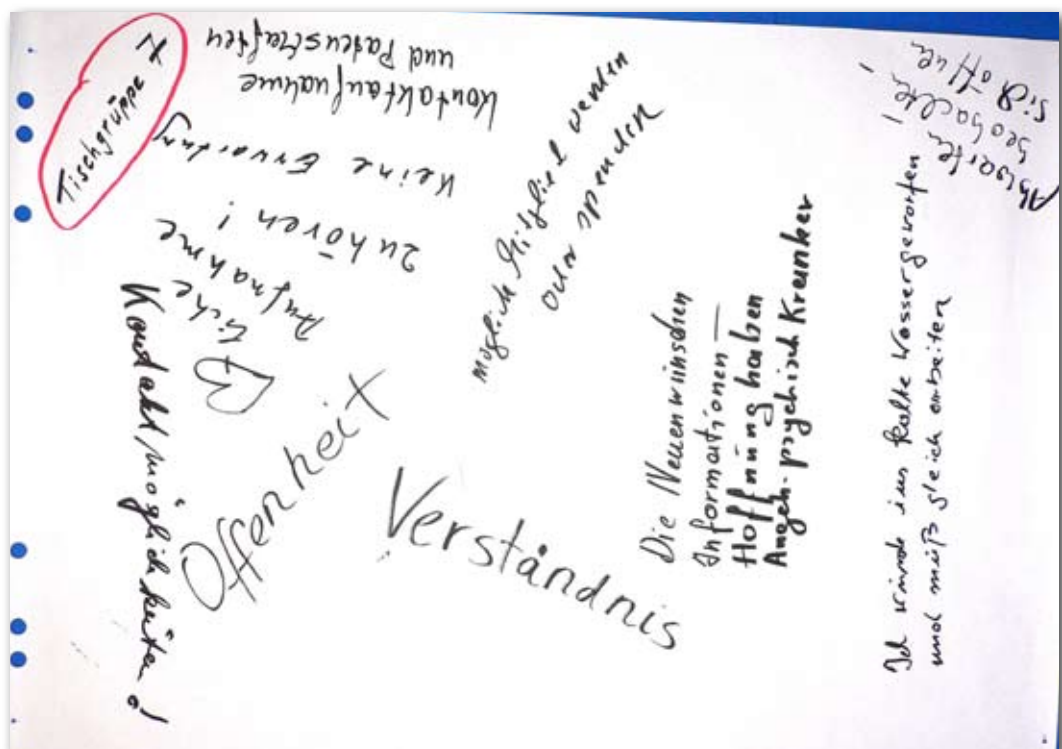
1. Jung und Alt/mehrere Generationen in einer Gruppe – »Alte Hasen« und neue Gruppenmitglieder in der Gruppe Welche Erfahrungen gibt es?



6. Wie ist das Miteinander in der SHG organisiert?
 Wer hat welche Rolle und Aufgabe und wie ist er/sie dazu gekommen?
 Wie werden die Gruppentreffen z.B. inhaltlich geplant?



7. Wie nimmt die SHG »Neue« auf und was erwartet sie von ihnen?
 Was erwarten die »Neuen« von der Gruppe?



Änne & Lisbeth und Fritz



Immer fesch mit Hut und Schirm

Sinn fürs Praktische und Überraschungen in der Handtasche – das sind Änne und Lisbeth. Diesmal brachten sie auch Fritz den Quotenmann mit, der sagt nicht viel, was auch nicht nötig ist, sondern macht die Musik. Wo sie auftauchen muss sich der »Michael« (Makiolla) warm anziehen.

Auch auf der Selbsthilfekonferenz mischten sie sich unters »Volk« und gaben qualifizierte Kommentare zu den Themen Generationswechsel, Finanzen, Politik, Gesundheit und natürlich zur Selbsthilfe (Bei uns inne Frauenhilfe....).



Näheres unter:

www.lisbeth-aenne.de



Gesprächsrunde 20 Jahre Selbsthilfeförderung im Kreis Unna

Norbert Hahn, Dezernent für Gesundheit und Dezernent Verbraucherschutz, stellt aus Sicht der Verwaltung, die Grundsteine der Gesundheitspolitik des Kreise Unna dar, die die Selbsthilfeförderung etablierte:

- Seit Mitte der 80er Jahre stand das Thema »Gesundheit/Gesundheitsförderung« im Kreis Unna auf der Agenda.
- 1985/86 gab es den parlamentarischen Auftrag zur Erstellung einer Aufgabenkonzeption des öffentlichen Gesundheitsdienstes im Kreis Unna, der Kern: Ausbau gesundheitsfördernder Maßnahmen.
- 1986 wurde ein Gesundheitsbüro mit Koordinations-, Informations- und Beratungsfunktion im Gesundheitsamt Unna geschaffen.
- Durch ein Förderprogramm des Landes NRW konnte 1989 das Gesundheitsbüro in qualitativer und quantitativer Hinsicht erweitert werden: die Geburtsstunde der Gesundheitshäuser.
- Ebenfalls 1989 war der Kreis Unna Gründungsmitglied des Gesunde Städte Netzwerkes Deutschland.
- Parallel zu diesen Entwicklungen beim Kreis Unna tat sich in der Stadt Unna und zwar in der VHS einiges: schon seit 1982 gab es eine Gesundheitsarbeitsgemeinschaft (GAG), in der u.a. auch Gesundheitsinitiativen vertreten waren. Ein Ergebnis dieses Arbeitskreises war der Aufbau des »Schlaganfall-Projektes« im Jahr 1988, in dem der Aufbau und die Unterstützung von Selbsthilfegruppen eine Rolle spielten.
- Dieses Konzept der Selbsthilfeförderung, nämlich die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen, übernahm der Kreis Unna als einen elementaren Bestandteil in das Konzept der Gesundheitshäuser auf.
- Menschen, die diesen Prozess auf Seiten der Kreisverwaltung in den vielen Jahren einleiteten und begleiteten waren Norbert Lettau, Rainer Stratmann, Dr. Bernd-Joachim Retzgen und Helmut Breitzkopf sowie Dr. Jochen Hartlieb.

Für die K.I.S.S. berichtet Lisa Nießalla, wie sich die Arbeit seit Beginn entwickelt hat:

- 1990 wurde die K.I.S.S. beim Gesundheitsamt in der Abteilung Gesundheitsförderung auf Kreisebene eingerichtet
- Mit dem Einzug in die Gesundheitshäuser in Unna und Lünen konnte 1991 an zwei Standorten im Kreisgebiet die Selbsthilfegruppen unterstützt werden.
- 1992 zählte die K.I.S.S. 112 Selbsthilfegruppen heute sind es über 250.
- 1993 konnte der Aktionsradius der K.I.S.S. auf den Südkreis und zwar in Schwerte ausgeweitet werden, damit verbunden war eine personelle Aufstockung auf drei Fachkraftstellen möglich.

Themen, die die Kontaktstellenarbeit in den Jahren begleitet haben waren

■ **Finanzielle Förderung von SHG**

Seit 1986 werden SHG vom Kreis Unna finanziell unterstützt, mittlerweile über eine Pauschalförderung. Hintergrund hierfür ist u.a. die finanzielle Förderung der gesundheitlichen SHG durch die Krankenkassen gem. § 20 SGB V

■ **Selbsthilfe im Internet**

Schon seit Mitte der 90er Jahre haben die Kontaktstellen in NRW das Internet als Medium der Kommunikation in ihre Arbeit integriert und mit Unterstützung des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes NRW und später der AOK die Internetseiten www.selbsthilfenetz.de aufgebaut, auf der eine Datenbank mit über 7000 Einträgen bestehender SHG in NRW zu finden ist.

■ **Selbsthilfekonferenz und Sprecherrat**

Um der Selbsthilfebewegung im Kreis Unna ein Sprachrohr zu geben, wurde im Jahr 2000 die Selbsthilfekonferenz der Selbsthilfegruppen im Kreis Unna unter dem Dach der Kreis-Gesundheitskonferenz aus der Taufe gehoben, damit verbunden war die Einrichtung des Sprecherrates der Selbsthilfegruppen.

■ **Fortbildung für die Selbsthilfegruppen im Kreis**

Seit zehn Jahren bietet die K.I.S.S. den Mitgliedern der Selbsthilfegruppen die Möglichkeit

zur Fortbildung. In den Tagesseminaren sollen die Teilnehmenden neue Impulse und Ideen für Gruppenarbeit erfahren und motiviert werden dieses auch umzusetzen.

■ **Öffentlichkeitsarbeit**

Zwei Selbsthilfe-Wegweiser wurden bisher herausgegeben und das eigene Selbsthilfemagazin SELBST und VERSTÄNDLICH erscheint zweimal im Jahr.

■ **Der jährliche Landratsempfang**

Seit 2005 empfängt der Landrat die Selbsthilfegruppen, würdigt ihr Engagement und hebt den Stellenwert der Selbsthilfe im Kreis Unna hervor.

Für die beiden Selbsthilfegruppen-Vertreter Burckhardt Elsner und Rudi Knecht ist die Selbsthilfe in den letzten beiden Jahrzehnten vor allem durch zunehmende gesellschaftliche Anerkennung geprägt. Selbsthilfe als eine Form der Hilfe wird zunehmend akzeptiert.

Für die Zukunft braucht die Selbsthilfe weiterhin verlässliche Partner im Gemeinwesen und der Politik sowie den Erhalt der Unterstützung durch bewährte Strukturen. Dazu gehören der Erhalt der Gesundheitshäuser und die finanzielle Förderung der Selbsthilfegruppen durch den Kreis Unna.

Veranstaltungsort:

Tanzcenter Kochtokrax
Südring 31 | 59423 Unna
www.kochtokrax.de

Anmeldung:

Es wird gebeten, sich mit beiliegender Anmeldekarte bis spätestens **24. Oktober** verbindlich anzumelden.

Informationen:

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen
- K.I.S.S. im Gesundheitshaus Lünen
Fon 02306 100-610 oder 100-611
Fax 02306 100-699

Getränke und ein Imbiss stehen zur Verfügung.



IX. Selbsthilfekonferenz

der Selbsthilfegruppen im Kreis Unna

Quo vadis Selbsthilfe?

20 Jahre Selbsthilfeförderung im Kreis Unna
Rückblick – Einblick – Ausblick

Samstag, 07. November 2009

Tanzcenter Kochtokrax Unna

Inhalt

Wo geht es mit der Selbsthilfe hin?

Selbsthilfegruppen sind seit vielen Jahren, ja schon seit Jahrzehnten, ein wachsender Baustein im Gesundheits- und Sozialsystem unserer Gesellschaft. Die Nachfrage nach Selbsthilfegruppen ist noch immer ungebrochen und die Selbsthilfe ist anerkannt und bekannt im medizinischen wie im sozialen Versorgungsbereich.

Dagegen steht aber auch die Wahrnehmung vieler Selbsthilfegruppen »Unsere Gruppe ist überaltert. Keiner will mehr Verantwortung für die Gruppe übernehmen. Wir haben zu wenig neue Mitglieder. Wer soll denn die Arbeit leisten?«

Im Rahmen der Selbsthilfekonferenz sollen mit der Methode des World Café (wechselnde Tischgespräche) Fragen zur Veränderung der Selbsthilfe, zum Generationswechsel und dem was Selbsthilfe braucht, um für die Zukunft gewappnet zu sein, mit den Teilnehmer/innen diskutiert werden.

Ablauf

09.30 Uhr	Stehcafe
10.00 Uhr	Begrüßung durch Michael Makiolla, Landrat des Kreises Unna
10.15 Uhr	Vortrag: Generationswechsel in Selbsthilfegruppen ist mehr als Nachfolge ermöglichen Referent: Andreas Greiwe, Paritätischer Wohlfahrtsverband NRW
11.00 Uhr	Kurze Pause
11.15 Uhr	Tischgespräche zur Zukunft der Selbsthilfe
12.15 Uhr	Ergebnispräsentation
12.45 Uhr	Imbiss
13.15 Uhr	Kleinkunst mit Änne, Lisbeth und Fritz
14.00 Uhr	Gesprächsrunde »20 Jahre Selbsthilfeförderung im Kreis Unna«
ca. 15.00 Uhr	Ende

Eine Höranlage steht zur Verfügung sowie bei Bedarf ein
Gebärdensprachdolmetscher.

Die Zukunft beleuchtet

Bei der neunten Selbsthilfekonferenz sprechen Gruppen über ihre Aufgaben

Von Nadja Schöler

UNNA ■ Einen kritischen Blick haben am vergangenen Wochenende die Selbsthilfegruppen des Kreises auf ihre eigene Arbeit geworfen.

Die neunte Selbsthilfekonferenz stand unter dem Motto „Quo vadis Selbsthilfe“. Die Mitglieder der Gruppen waren anlässlich ihres 20-jährigen Bestehens ins Tanzcenter Kochtokrax eingeladen. Referent Andreas Greiwe vom Paritätischen Wohlfahrtsverband referierte zum Thema Generationswechsel in den Selbsthilfegruppen.

„Greiwe hat seinen Vortrag sehr eindringlich gestaltet. Er fragte die Teilnehmer, wie sie mit Neuzugängen umgehen. Auch, wer künftig ihre

Arbeit machen soll, war eine Fragestellung“, erklärte Lisa Nießalla von der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (K.I.S.S.).

Oft sei es so, dass die Gruppen sich keine Gedanken darüber machen, wie die Gruppe auch in Zukunft fortgeführt werden kann, so Nießalla.

Zur Selbsthilfekonferenz kamen Mitglieder aus allen Bereichen der Selbsthilfe, etwa such- und chronisch- kranke Menschen, an Parkinson oder Hepatitis erkrankte oder Menschen, die unter Trennungen leiden. In einzelnen Gruppen bekamen die Teilnehmer Impuls-Fragen gestellt, die sie gemeinsam diskutierten. „Ziel der Konferenz war nicht ein Fazit, sondern ein intensiver Dialog“, so Nießalla.

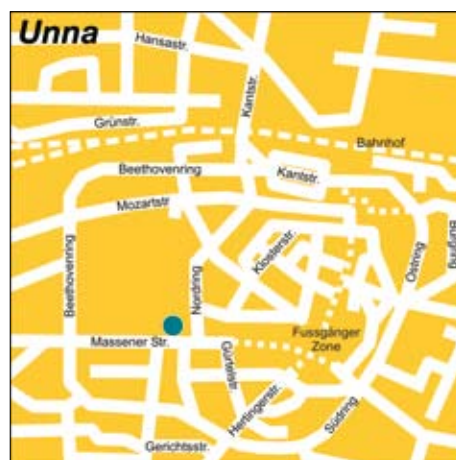


In einzelnen Gruppen diskutierten die Teilnehmer der Konferenz über den Generationenwechsel.

■ Foto: privat

Anwesenheitsliste Selbsthilfegruppen IX. Selbsthilfekonferenz

1. Brustoperierte Frauen (BoF), Schwerte
2. Depressionen, Schwerte
3. DGhK – Deutsche Gesellschaft für das hochbegabte Kind e.V., Unna
4. Die Brücke e.V., Schwerte
5. DRK Suchtgruppe, Lünen
6. Endogene Atmung, Lünen
7. Freundeskreis, Selm
8. Frührentner nach Krankheit, Lünen
9. Gehörlosen Automobil- und Freizeitclub, Lünen
10. Gemeinsam leben, gemeinsam lernen e.V., Schwerte
11. Hepatitishilfe Unna/Hamm/Soest
12. Herzsportgruppe, Lünen
13. HFV – Hörgeschädigten-Freizeitverein Werne 76/80 e.V.
14. Initiative Down-Syndrom, Unna
15. Kneipp-Verein, Unna
16. Kreuzbund, Bönen
17. Lebenskreis, Bönen
18. Lese-Rechtschreibschwäche/Dyskalkulie, Unna
19. Mut-Krebsselbsthilfegruppe, Holzwickede
20. Mütterzentrum »KOMMA e.V.«, Lünen
21. Osteoporose Selbsthilfegruppe im TSV, Lünen
22. Osteoporose-Gymnastikgruppe, Unna
23. Parkinson SHG, Unna
24. Post Polio, Dortmund/Kreis Unna
25. Schlafapnoe/Atemstillstand e.V., Schwerte
26. Schlaganfall SHG, Unna
27. Schlaganfall-Selbsthilfe-Gemeinschaft, Lünen
28. Silikosebund, Unna
29. Single- und Freizeitgruppe, Unna
30. SoVD – Sozialverband Deutschland e.V., Unna-Mitte
31. Sozialverband VdK, Unna
32. Spieler SHG, Unna
33. Tauschring, Unna
34. Therapiegruppe Malen, Lünen
35. Therapie-Sportverein, Lünen
36. Trennung/Scheidung, Schwerte
37. ZwAR – Zwischen Arbeit und Ruhestand, Lünen



Nordkreis  Lünen – Selm – Werne – Bergkamen

Mittelkreis Unna – Bergkamen – Kamen – Bönen

Südkreis Schwerte – Holzwickede – Fröndenberg



K.I.S.S. – Kontakt und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen:

im Gesundheitshaus Lünen

Roggenmarkt 18-20 | 44532 Lünen

Lisa Nießalla

Fon 02306 100-610 | Fax 02306 100-699

E-Mail lisa.niessalla@kreis-unna.de

im Gesundheitshaus Unna

Massener Straße 35 | **59423 Unna**

Margret Voß

Fon 02303 27-2829 | Fax 02303 27-2499

E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

im Treffpunkt Gesundheit Schwerte

Kleppingstraße 4 | **58239 Schwerte**

Anette Engelhardt

Fon 02304 24070-22 | Fax 02304 24070-23

E-Mail anette.engelhardt@kreis-unna.de