

Gruppengemeinschaft und Geselligkeit: Welche Rahmenbedingungen bieten Selbsthilfekontaktstellen, welche Unterstützungsbedarfe und -möglichkeiten gibt es?

Dörte von Kittlitz, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Hannover

Kurzbericht zur Arbeitsgruppe 4 „Gruppengemeinschaft und Geselligkeit“
auf der 35. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
in Chemnitz vom 13. bis 15. Mai 2013 mit dem Thema
„Kompetenzen fördern – Tatkraft stärken“: Handlungsfelder und Potenziale der
gemeinschaftlichen Selbsthilfe

Die Teilnehmer/innen der Arbeitsgruppe 4 waren zum größten Teil in die Arbeitsgruppe gekommen, um sich für ihre Arbeit vor Ort Anregungen zu holen.

Anke Wellnitz von der Selbsthilfekontaktstelle Wilhelmshaven / Wittmund kam in ihrem Vortrag *„Bedeutung und Unterstützung von Gemeinschaftsaktionen in der Selbsthilfe – Praxisbeispiele“* diesem Bedarf entgegen und schilderte sehr anschaulich zwei Beispiele aus ihrer Arbeit, den *Ball der Selbsthilfe und des Ehrenamtes* und die Besuchsreihe *Selbsthilfe zu Gast*.

Der *Ball der Selbsthilfe und des Ehrenamtes* findet alle zwei Jahre in einem betont festlichen Rahmen statt. Eingeladen werden neben den Selbsthilfegruppen ehrenamtlich Engagierte sowie für diese Bereiche wichtige Personen aus Politik, Wirtschaft, Verwaltung etc. Im Projekt *Selbsthilfe zu Gast* besuchen Selbsthilfegruppenmitglieder und ihre Angehörigen verschiedene soziale, kulturelle oder naturkundliche Einrichtungen in der Wilhelmshavener Umgebung.



Anke Wellnitz ging in ihrem Vortrag auf den Wert gruppenübergreifender Gemeinschaftsaktionen für einzelne Teilnehmer/innen, die Selbsthilfegruppen und die Selbsthilfekontaktstelle ein sowie auf den gesellschaftlichen Mehrwert solcher Aktivitäten. Die Referentin machte allerdings auch auf die erforderlichen Arbeitskapazitäten aufmerksam. Die Selbsthilfekontaktstelle Wilhelmshaven begegnet diesen durch konsequenten und kontinuierlichen Einbezug verschiedener Teilnehmer/innen aus den Selbsthilfegruppen vor Ort. So wird die Organisation der Aktionen machbar, gleichzeitig kann ressourcenorientiert verschiedenen Selbsthilfeengagierten ein neues Feld für ehrenamtliches Engagement geschaffen werden. Finanziell laufen die Wilhelmshavener Aktionen ohne Mittel der üblichen Geldgeber. Stattdessen werden lokale Sponsor/innen und Spender/innen gewonnen.

Diskussion in der Arbeitsgruppe

Die Diskussion in der Arbeitsgruppe entwickelte sich entlang der Bahnen „Zielgruppen und Ziele von Gemeinschaftsaktionen“, „praktisches Vorgehen bei Gemeinschaftsaktionen“, insbesondere der Frage „Was muss man besonders beachten?“ und verschiedener zusätzlicher Fragestellungen, die jeweils spontan aufgegriffen wurden.

Ziele von Gemeinschaftsaktionen

Als Ziele von Gemeinschaftsaktionen wurden unter anderem benannt:

- Verhältnis von Selbsthilfegruppen und Selbsthilfekontaktstelle ändern / stärken (Es wird gemeinsam geplant, Teile der Durchführung werden von Selbsthilfeaktiven übernommen, so dass die Zusammenarbeit auf gleicher Augenhöhe und mit gleicher Verantwortlichkeit erfolgt und wahrgenommen wird.)
- sich mehr um einander kümmern
- generationenübergreifende Sicht öffnen
- Ressourcenorientierung (von der Krankheit „ablenken“; auf andere, neue Gedanken und Handlungsmöglichkeiten kommen, Kraft für den Alltag tanken, die Fixierung auf die Krankheit überwinden)
- Räume / Gelegenheiten für Begegnung schaffen (unter den Selbsthilfeaktiven, aber auch mit „Problemlösern“)
- Selbsthilfe in der Öffentlichkeit sichtbar machen
- gesellschaftliche Fragen aufgreifen.



Zielgruppen

In der Arbeitsgruppe wurden Möglichkeiten aufgezeigt, in Gemeinschaftsaktionen neben der Zielgruppe der *Engagierten aus den Selbsthilfegruppen* deren *Angehörige*, aber auch *nicht selbst betroffene Interessierte und Engagierte* einzubeziehen.

Was muss man besonders beachten?

Die Frage „Was muss man besonders beachten?“ wurde zum einen sehr stark mit Bezug auf die regionalen *Rahmenbedingungen der Selbsthilfeunterstützung* diskutiert.

Die Ausstattung der Selbsthilfekontaktstelle und deren soziales und kulturelles Umfeld inklusive möglicher Partner/innen für die Aktivitäten spielten hier eine Rolle. Außerdem sind bei der Finanzierung mögliche Vorgaben von Geldgebern („kein Kaffeetrinken“) einzuhalten.

Es wurden auch Faktoren benannt wie

– *Nachhaltigkeit*: regelmäßige Angebote, die dadurch bekannter sind und stärker genutzt werden)

– und *Niedrigschwelligkeit*: Themen und Erkrankungen und Problematiken der Selbsthilfeaktiven sowie mögliche Einschränkungen der Teilnehmenden sollten in die Gestaltung der Aktivitäten einbezogen werden.

Auch das *angemessene Format* der Aktion sollte beachtet werden: Wie „groß“ muss eine Aktion etwa sein, um beachtet zu werden? Ab welchem Aufwand fühlen sich aber auch Selbsthilfegruppen mit der Teilnahme oder der Mitgestaltung / Mitorganisation überfordert? Was ist vor Ort wirklich geeignet und fördert die gesetzten Ziele?



Chancen für eine veränderte Wahrnehmung der Selbsthilfe und Erschließung neuer Ressourcen

Es wurden nicht nur Grenzen und Einschränkungen benannt, sondern anhand verschiedener Beispiele darauf aufmerksam gemacht, dass es vor Ort vielfältige Hilfe geben könne, etwa finanzielle und / oder praktische Hilfe von ‚außerhalb der Selbsthilfe‘ oder auch Unterstützung durch Selbsthilfeengagierte, die ihre neu entdeckten Fertigkeiten gern anwenden. Anhand der Frage nach der Erreichbarkeit der Zielgruppe junger Menschen wurde beispielsweise die Möglichkeit diskutiert, Jung und Alt durch gruppenübergreifende Aktionen zusammenzubringen, bei denen junge Menschen ältere Selbsthilfeteilnehmer/innen ehrenamtlich unterstützen.

Ideenpool für Gemeinschaftsaktionen

Aus den Erfahrungen der Teilnehmer/innen legte die Arbeitsgruppe 4 einen *Ideenpool* für Themen von Gemeinschaftsaktionen an.

Vor Ort durchgeführten Aktivitäten waren:

- spezielle Aktionen der Selbsthilfekontaktstellen, zum Beispiel besonders gestaltete Weihnachtskarten / Ostergrüße (an Engagierte / Förderer / weitere)
- Neujahrsempfang
- Tag der Generationen
- Fest der Nachbarn
- Ball der Selbsthilfe und des Ehrenamtes
- Ausflüge / Besichtigungen
- Ausflugsprogramme (zum Beispiel Selbsthilfe zu Gast)
- Konzertbesuche
- Generalproben (Orchester / Theater)
- Zirkus mit KITAS und Selbsthilfe
- sportliche Aktivitäten (zum Beispiel Bowling)
- gemeinsam wegfahren (über mehrere Tage).



Gemeinschaftsaktionen: Bedeutung für Zusammenhalt und Selbstverständnis von Selbsthilfegruppen

Die besondere Bedeutung von Gemeinschaftsaktionen für den Zusammenhalt und das Selbstverständnis von Selbsthilfegruppen spielte in der Diskussion eine große Rolle. Ausgehend von den aufgeführten Diskussionssträngen entwickelte die Arbeitsgruppe die Fragestellung „Wert der Geselligkeit“ weiter in Richtung „Leitbilder der Selbsthilfe“ und nahm damit Fäden des Vortrags von Prof. Engelhardt vom Vortag auf. Die Diskussion machte unter anderem deutlich, dass sich der Fokus der Selbsthilfe in den letzten Jahren durch die Finanzierungsdiskussionen verschoben hat. Die Beschäftigung mit den Leitlinien von Krankenkassen und anderen Geldgebern hat die Wahrnehmung in Richtung der finanzierten (Gesundheits-)Selbsthilfe und derer Belange verlagert.

Fazit

Ein Fazit der Arbeitsgruppe war, dass es zu den künftigen Herausforderungen der Selbsthilfe und ihrer Unterstützung gehört, sich die Wurzeln und die Bedeutung der Selbsthilfe wieder neu klar zu machen. Selbsthilfegruppen als sinnstiftende, ressourcenorientierte Gemeinschaften sollten wieder stärker im Mittelpunkt der Wahrnehmung und der Arbeit im Feld der Selbsthilfeunterstützung stehen.

Dörte von Kittlitz ist Leiterin des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen in Hannover. Sie moderierte die Arbeitsgruppe 4.