

Anneke Imhof und Inken Berger

Generationenwandel in Selbsthilfekontaktstellen: Mut und Aufgeschlossenheit gehören dazu



Generationenwechsel in der Selbsthilfe – dies ist ein Thema, das uns als Kontaktstelle vielschichtig betrifft.

Zum einen ist da der Generationenwechsel innerhalb der Selbsthilfegruppen. Schwierigkeiten für „Nachwuchs“ zu sorgen gibt es in vielen Gruppen – besonders im Hinblick auf die kontinuierliche Teilnahme und Übernahme von Aufgaben innerhalb der Gruppe wie zum Beispiel der Funktion als Ansprechpartner/in. „Wie sprechen wir junge Leute an, wie motivieren wir sie, in unsere Selbsthilfegruppe zu kommen?“ Das sind Fragen, die immer wieder gestellt werden. Hier lohnt sich ein genauerer Blick: Spricht das Thema junge Menschen an? Ist es ein Thema, das sie betrifft? Es gibt Krankheitsbilder, die erst im Verlauf der Jahre angenommen werden können bzw. bei denen sich die Akzeptanz der Betroffenen langsam entwickelt – und erst nach weiteren Schritten in diesem Prozess der Weg in die Selbsthilfegruppe gefunden werden kann.

Vielleicht suchen die jungen Menschen auch deshalb Gleichaltrige, weil diese ähnliche Lebensumstände haben und sich somit die Gesprächsthemen eher gleichen. Ein Beispiel: Eine „ältere“ Depressionsgruppe, deren Teilnehmer/innen mit ihrem baldigen oder gerade erfolgten Renteneintritt

hadern, führt eben doch andere Gespräche als eine Gruppe junger Menschen, die aufgrund von Stress und Druck im Studium oder beim Jobeinstieg in eine Krise geraten sind.

Offenheit für neue Blickwinkel

Es wird deutlich, dass der Generationenwechsel nicht nur innerhalb der Selbsthilfegruppen stattfindet, sondern auch durch Gründungen neuer Selbsthilfegruppen für junge Menschen. So oder so ist der Generationenwandel mit professioneller Selbsthilfearbeit zu begleiten. Strukturen und Angebote müssen angesehen und eventuell auch verändert werden. An dieser Stelle rückt eine weitere Form des Generationenwechsels in den Blick – der innerhalb der Kontaktstelle. Diesen erleben wir in Bremen seit einiger Zeit. Vor vier Jahren wurde die erste jüngere Kollegin eingestellt. Inzwischen besitzt das Team eine sehr gemischte Altersstruktur, mit zwei jüngeren Mitarbeiterinnen um die 30 Jahre, bis hin zu den ältesten Kolleg/innen Ende 50.

Was sind nun die Erfahrungen in so einem Team? Zunächst einmal sind ganz grundlegende Vorteile zu nennen: dass Jüngere mit neuen Medien offener umgehen, sie leichter und selbstverständlicher einsetzen, um junge Menschen auf Selbsthilfe aufmerksam zu machen.

Auf der Hand liegt auch, dass die jungen Kolleg/innen von den geschaffenen Strukturen profitieren. Sie lernen von den Erfahrungen der älteren Kolleg/innen und können bei ihrer Arbeit auf bereits bestehende Netzwerke zurückgreifen. Sie bringen aber auch etwas ganz Ausschlaggebendes mit, nämlich den Blickwinkel junger Menschen auf die Welt. Haben wir nicht alle schon den gesellschaftlichen Wandel bemerkt: die immer stärkere Nutzung neuer Medien, die an uns Selbsthilfeakteure gerichtete „Dienstleistungs-Erwartungshaltung“? Aber auch der steigende Druck, die Erwartungshaltung der Gesellschaft an junge Menschen hat sich verändert. All dies wird durch junge Mitarbeiter/innen ins Team transportiert, sofern Offenheit für neue Blickwinkel besteht. Ganz zentral in der Zusammenarbeit in einem altersgemischtem Team ist daher das Bewusstsein der älteren Kolleg/innen, dass die jungen Menschen, die in die jungen Selbsthilfegruppen kommen, einer anderen Generation angehören. Dass sie andere Zeiten und Rahmenbedingungen erleben und sich infolgedessen vielleicht angenehmer und aufgehobener fühlen, wenn sie von etwa gleichaltrigen Selbsthilfeakteur/innen betreut werden. Dies ins Bewusstsein zu rücken und danach zu handeln, bei älteren Kolleg/innen die Bereitschaft zu entwickeln zuzuschauen und die jüngeren agieren zu lassen, das ist eine der schwersten Herausforderungen, die mit ganz viel Offenheit und Verständnis füreinander einhergehen

muss. Dann kann der Generationenwechsel in der Selbsthilfekontaktstelle gelingen.

Erfahrungen und neue Ideen gehören zusammen

Im Netzwerk Selbsthilfe Bremen e.V. ist der Generationenwechsel im Kontext der Jungen Selbsthilfe ganz Konkret geworden durch die Schaffung einiger neuer Angebote. So haben wir einen offenen Junge-Selbsthilfetreff (JUST) eingeführt. Hier können sich junge Menschen über Selbsthilfe informieren und sich mit anderen austauschen. Dies macht vor allem neuen, selbsthilfeunerfahrenen Interessent/innen den Einstieg leichter. Nach dem ersten Kennenlernen der Kontaktstelle und anderen betroffenen jungen Menschen finden sie einfacher und schneller den Weg in eine themenspezifische Selbsthilfegruppe. Sie werden dort abgeholt, wo sie stehen. Die Gestaltung der Treffen verändert sich, so hat sich im Netzwerk Selbsthilfe beispielsweise mit der „Jam-Session“ eine Gruppe zusammengefunden, die „Musik gegen Depressionen“ macht.

Für uns bedeutet Junge Selbsthilfe aber auch, Selbsthilfe neu zu denken und Zielgruppen den Weg in die Selbsthilfe zu ebnen, die zuvor nicht erreicht wurden. Deshalb haben wir die gesellschaftliche Diskussion um Inklusion aufgegriffen und eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit geistiger Behinderung zum Thema Sucht geschaffen.

Der Generationenwechsel vollzieht sich also in der Selbsthilfe auf vielen Ebenen. Er ist nicht nur im Kontext der Jungen Selbsthilfe notwendig, sondern im gesamten Kontaktstellenaufgabenprofil. Mut und Aufgeschlossenheit gehören dazu, wie auch Erfahrungen und neue Ideen. Dann kann gelingen, woran uns allen gelegen ist: die Selbsthilfebewegung lebendig gestalten im Gestern und Morgen. Das ist die Herausforderung der nächsten Jahre. |

Anneke Imhoff und Inken Berger sind beim Netzwerk Selbsthilfe Bremen-Nordniedersachsen e.V. unter anderem zuständig für das Projekt „Junge Selbsthilfe“.

Kontakt:
 Netzwerk Selbsthilfe Bremen-
 Nordniedersachsen e.V.
 Faulenstraße 31, 28195 Bremen
 Telefon: 04 21 | 70 45 81
 E-Mail: inken.berger@netzwerk-
 selbsthilfe.com; anneke.imhoff@
 netzwerk-selbsthilfe.com
 Internet: www.netzwerk-selbsthilfe.com

Günter Kranz

Behutsamer Generationenwechsel durch Gewinnung von Angehörigen



Es gibt Erkrankungen, bei denen ein Generationenwechsel in den Selbsthilfegruppen ein dauerhaftes und für die Arbeit der Ehrenamtlichen ernsthaftes Problem darstellt. Eine dieser Erkrankungen ist Lungenkrebs. In Deutschland erhalten jährlich etwa 40.000 Menschen diese Diagnose. Nach den vom Zentrum für Krebsregisterdaten herausgegebenen Daten gehört Lungenkrebs damit zu den häufigeren Krebserkrankungen in Deutschland. Durch seine ungünstige Prognose ist er auch mit einem Anteil von 25 Prozent die häufigste Krebstodesursache bei Männern und mit 15 Prozent die dritthäufigste bei Frauen. 2012 betrug demnach die relative Überlebensrate nach fünf Jahren bei

Männern 16 Prozent und bei Frauen 21 Prozent.

Als Barbara Baysal, die Vorsitzende des Bundesverbandes Selbsthilfe Lungenerkrankte e.V. und der Berliner Selbsthilfe, 2001 die Diagnose Lungenkrebs erhielt, suchte sie eine Selbsthilfegruppe und stellte fest, dass es weit und breit keine gab. Mit einer anderen Betroffenen gründete sie 2003 die erste Selbsthilfegruppe für Lungenkrebspatienten in Berlin. Ihrem unermüdlichen Einsatz ist es zu verdanken, dass heute deutschlandweit etwa 40 Gruppen für Menschen mit Lungenkrebs aktiv sind. Viele davon haben sich dem Bundesverband Selbsthilfe Lungenerkrankte e.V. angeschlossen, der 2013 gegründet wurde. Ziel