



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**Grußwort**  
**der Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend,**  
**Manuela Schwesig,**  
**zur Jahresfachtagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.**  
**am 1. Juni 2016 in Schwerin**

Sehr geehrte Frau Vahnenbruck,  
sehr geehrte Frau Klemm,  
liebe Birgit Hesse,  
sehr geehrte Damen und Herren,

I.

herzlich Willkommen zur Jahresfachtagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V., für die ich zusammen mit Sozialministerin Birgit Hesse gern die Schirmherrschaft übernommen habe. Ich wäre heute sehr gerne dabei gewesen. Leider ist es mir wegen des heutigen Koalitionsausschusses in Berlin nicht möglich. Deshalb möchte ich Ihnen meine Grüße in meine Heimatstadt in dieser Form übersenden.

Wer Fragen und Sorgen hat, wendet sich an Menschen, die selbst ähnliche Fragen beschäftigen. Damit ist Selbsthilfe eine ganz natürliche Reaktion – und eine wirksame dazu. Aus der praktischen Erfahrung, die andere gemacht haben, erwächst meist der beste Rat. So kann aus einer PEKiP-Gruppe, in der es ja eigentlich um den Eltern-Kind-Kontakt geht, schnell eine Art Selbsthilfegruppe auf Zeit werden. Was hilft gegen Koliken? Welche Creme heilt den wunden Babypo am besten? Da kann man viele Ratgeber lesen – der Austausch der Eltern untereinander ist doch am besten.

Genauso natürlich ist allerdings auch die Reaktion, Krankheit, Trauer, Probleme oder persönliche Schwierigkeiten für sich zu behalten. Die Kaffeepause im Büro oder ein gemeinsamer Abend im Freundeskreis ist selten ein guter Rahmen, um zum Beispiel das Leben mit einer chronischen Krankheit zu diskutieren. Mit anderen Betroffenen fällt es leichter.

Selbsthilfegruppen sind insofern mehr als lockeres Geplauder über Alltagsprobleme. Sie sind bürgerschaftliches Engagement von Betroffenen und eine unerlässliche Ergänzung professioneller Hilfe. Sie geben der gegenseitigen Hilfe und dem Erfahrungsaustausch einen stabilen Rahmen.

## II.

Der Kern der Selbsthilfe ist ein Wert, der wichtig ist für ein gutes Leben in unserer Gesellschaft – der Wert der Solidarität. Selbsthilfegruppen sind Gemeinschaften von Menschen, die von der gleichen Sache betroffen sind und daraus ein Gefühl der Zusammengehörigkeit entwickeln. Doch das Wichtigste ist, dass es nicht bei diesem Gefühl bleibt, sondern dass daraus gegenseitige Hilfe entsteht. Genau so hat der Soziologe Alfred Vierkandt Solidarität definiert: als ein „Zusammengehörigkeitsgefühl, das praktisch werden kann und soll.“ Diese Solidarität macht stark.

Sie stärkt erstens die Betroffenen, die in schwierigen Lebensphasen ihr Problem selbst in die Hand nehmen:

- Sie emanzipieren sich.
- Sie lassen sich nicht von der Krankheit bestimmen.
- Sie helfen sich und anderen und gewinnen damit ein Stück Selbstbestimmung zurück.

Das fängt oft klein an. Im vergangenen Jahr hat die Lebenshilfe Mecklenburg-Vorpommern ihr 25-jähriges Jubiläum gefeiert. Der Verein für Menschen mit geistiger Behinderung hatte sich gleich nach dem Mauerfall gegründet. Einige Eltern von geistig behinderten Kindern kannten sich aus den Werkstätten. Sie haben sich gefragt: Was können wir selbst dafür tun, dass es jetzt nach der Wende besser wird? Dann haben sie die neue Freiheit genutzt und schnell gehandelt. Sie fuhren mit ihren Trabis durchs Land und haben andere betroffene Eltern gesucht – und gefunden. Ihr Verein stärkt noch heute Betroffene und Angehörige.

Selbsthilfe ist nicht auf familiäre und verwandtschaftliche Beziehungen gegründet, aber sie bezieht sich oft auf Familie, ergänzt und entlastet Familien. Das zeigt schon die Vielzahl von Eltern- und Angehörigengruppen.

Selbsthilfe stärkt also Betroffene, ihre Familien – und darüber hinaus die ganze Gesellschaft. In Deutschland gibt es ungefähr 100.000 Selbsthilfegruppen, in denen sich über drei Millionen Menschen zu gesundheitlichen und sozialen Problemen engagieren.

Diese gegenseitige Unterstützung ersetzt nicht die Solidarität, die Hilfe und die Sicherheit des Sozialstaates. Andersherum ist es richtig: Der Sozialstaat hat die Verantwortung, allen Menschen die Hilfe und Unterstützung zur Verfügung zu stellen, die sie brauchen. Die Angebote der Selbsthilfe machen unser Sozialsystem besser und wirkungsvoller.


III.

Sie, sehr geehrte Damen und Herren, fördern und unterstützen die Selbsthilfe. Selbsthilfe braucht Hilfe: Räume, Infrastruktur, Beratung. Es gibt diese Räume und die Informationen in den Selbsthilfekontaktstellen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dort leisten viel für eine gelingende Selbsthilfe in den Gemeinden.

Sie sorgen auch dafür, dass Selbsthilfe verbindet - über Ortsgrenzen hinweg. Wenn eine Krankheit nur einen von 100.000 Menschen betrifft, dann wird hier in Schwerin zum Beispiel - rein statistisch gesehen - keine Selbsthilfe zustande kommen. In Mecklenburg-Vorpommern insgesamt aber schon. In der Datenbank der Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfekontaktstellen Mecklenburg-Vorpommern e.V. finden Betroffene bestehende Selbsthilfegruppen. Und wenn nicht, können sie sich an eine Kontaktstelle wenden und mit Ihrer Unterstützung selbst eine Gruppe gründen.

Die Selbsthilfekontaktstellen bringen Menschen zusammen, die sich selbst und gegenseitig helfen können.

Sie wollen heute und morgen darüber reden, wie Ihnen das noch besser gelingen kann - auch auf dem Land und auch in Zeiten des demografischen Wandels. Dazu sind Sie hier in Mecklenburg-Vorpommern genau richtig. Ich danke Ihnen für ihre wertvolle Arbeit für die Menschen im Land und wünsche Ihnen viel Erfolg für die Jahresfachtagung!



Manuela Schwesig

Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend