

selbsthilfegruppenjahrbuch

1999

DAG SHG

selbsthilfegruppenjahrbuch 1999

Herausgeber:

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
Friedrichstr. 28, 35392 Gießen

Redaktion:

Anita Jakubowski, Koordination für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Nordrhein-Westfalen der DAG SHG e.V. (KOSKON), Friedhofstr. 39, D-41236 Mönchengladbach,
Tel.: 02166/248567

Jürgen Matzat, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen der DAG SHG e.V., Friedrichstr. 33, D-35392 Gießen, Tel.: 0641/99-45612

Wolfgang Thiel, Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen der DAG SHG e.V. (NAKOS), Albrecht-Achilles-Straße 65, D-10709 Berlin, Tel.: 030/ 8914019

Umschlag:

Lutz Köbele-Lipp, Kubik, Berlin

Satz und Layout:

Focus Verlag GmbH, Gießen

Druck:

Offset Köhler KG, Gießen

Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Nachdruck einzelner Artikel nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und der Autoren.

Herstellung und Versand dieser Ausgabe des »selbsthilfegruppenjahrbuchs« wurde gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, von der »GlücksSpirale« und von folgenden Krankenkassen: Arbeiter-Ersatzkassen-Verband, Barmer Ersatzkasse, Deutsche Angestellten Krankenkasse, Schwäbisch Gmünder Ersatzkasse, Techniker Krankenkasse.

Wir bedanken uns ganz herzlich!

Zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit bitten wir Sie herzlich um eine Spende (steuerlich abzugsfähig) auf unser Konto Nr. 6.3030.05 bei der Volksbank Gießen (BLZ 513.900.00).

Fortbildung für Selbsthilfegruppen durch Selbsthilfekontaktstellen

Die *KISS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland* organisiert und bietet seit mehreren Jahren Fortbildungsreihen bzw. -bausteine für Selbsthilfegruppen an. Bisher wurden in den Jahren 1994, 1995 und 1996 drei Fortbildungsreihen durchgeführt.

Wichtig ist es dabei, Angebote und Konzepte zu erarbeiten, die an den Bedürfnissen der Zielgruppen orientiert sind, und (wenn nötig externe) Referent/innen auszuwählen, die sensibilisiert und offen sind für die Arbeit und Probleme der Selbsthilfegruppen. Ein breites Spektrum von Menschen mit einem ganz unterschiedlichem Wissensstand und ganz unterschiedlichen Erfahrungen, die aufgrund der eigenen Betroffenheit noch zusätzlich belastet sind, treffen in diesen Seminaren aufeinander. Wie sich diese Faktoren auf die Seminare auswirken können, sollte man schon bei der Planung bedenken. Deshalb ist es auch meine Meinung, daß gerade Selbsthilfekontaktstellen, die ganz eng und kontinuierlich mit den Selbsthilfegruppen und Selbsthilfe-Interessierten zusammenarbeiten, genau deren Probleme, Wünsche, Schwierigkeiten kennen und darauf abgestimmt Seminare organisieren können.

In Seminaren tauchen meist dieselben Fragen / Problemstellungen auf wie in Beratungen von einzelnen Gruppen. Sie sind daher auch eine gute Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch. Für uns von der KISS haben die Seminare die besondere Bedeutung, Multiplikatoren zu schulen und sie zu befähigen, die bearbeiteten Themen / Inhalte in der Gruppenarbeit umzusetzen.

Selbstverständlich gibt es auch im Saarland eine große Zahl von Anbietern verschiedener Seminar- und Weiterbildungsprogramme, die ebenfalls zu Themen, die im Selbsthilfebereich eine Rolle spielen, Veranstaltungen durchführen. Doch oft sind diese Angebote für Gruppenmitglieder zu teuer, oder sie sind nur für ganz bestimmte Zielgruppen gedacht, oder, oder Wir meinen nicht, daß wir als KISS Fortbildungsveranstaltungen *selbst* durchführen müssen, sondern es geht uns in erster Linie um die Organisation des Angebotes – auch in Zusammenarbeit mit externen Referent/innen oder anderen Weiterbildungsanbietern. Von der KISS durchgeführte Seminare können nicht den ganzen Bedarf decken. Hinweise auf Fortbildungsangebote anderer Institutionen oder eine übersichtliche Zusammenstellung der für die Selbsthilfe interessanten Angebote anderer sind dann sinnvoll, wenn auch etwas über die Qualität der Bildungsangebote ausgesagt werden kann (was oft schwierig ist).

Um sich zu etablieren, zu stabilisieren und weiterzuentwickeln brauchen alle an einem gewissen Punkt neue Ideen, neue Methoden und neue Kenntnisse. So ist es auch bei der Arbeit von Selbsthilfegruppen. Bei gesellschaftlichen und technischen Veränderungen und Neuerungen ist immer ein sehr hoher Informationsbedarf vorhanden, und es ist oft unerlässlich – auch für Selbsthilfegruppen – sich mit der Materie auseinanderzusetzen (z.B. Computer, Internet). Unsere Seminarangebote wurden von den Selbsthilfegruppen

durchweg positiv bewertet, und wir sind sicher, daß auch zukünftig ein solcher Fortbildungsbedarf besteht.

Hintergründe und Ausgangslage für Angebote zur Fortbildung von Selbsthilfegruppen

Die KISS Saarland arbeitet seit Ende 1988 kontinuierlich in der Selbsthilfe-Unterstützung, und zwar mit zwei Mitarbeiterinnen (Vollzeit) für den pädagogischen Bereich und einer Verwaltungskraft (Teilzeit). Die KISS arbeitet multifunktional und problemübergreifend und ist für das Gebiet des gesamten Saarlandes zuständig. Das heißt ganz konkret: Sie ist Anlaufstelle für mehr als 550 Selbsthilfegruppen, Selbsthilfe-Organisationen und -Verbände, und bei nur zwei Fachkräften bedeutet das auch begrenzte Ressourcen, um den Anfragen nach Unterstützung nachzukommen, so daß auch mal Wartezeiten entstehen können.

Schon in der Anfangsphase stellten wir fest, daß viele Selbsthilfegruppen, obwohl sie in ganz unterschiedlichen Bereichen arbeiteten, sich immer wieder mit gleichen oder ähnlich gelagerten Problemen und Schwierigkeiten an uns wandten und um Unterstützung und Gruppenberatung baten. Diese Probleme ließen sich zu fünf bis sechs großen selbsthilferelevanten Themenkomplexen zusammenfassen:

- Öffentlichkeitsarbeit
- Gruppenprozesse
- Einstieg in die Gruppenarbeit
- Finanzierung
- rund um den Verein
- neue Medien.

Aus der Tatsache der begrenzten Ressourcen der Mitarbeiterinnen, dem Wunsch, Wartezeiten nicht entstehen zu lassen, und den bisher in einzelnen Gruppenberatungen immer wieder angesprochenen selben Themen entstand die Idee, Fortbildungsseminare für Selbsthilfegruppen anzubieten. Für das Jahr 1994 wurde dann zum ersten mal ein entsprechendes Programm konzipiert mit dem Ziel, den vielfältigen Aktivitäten von Selbsthilfegruppen eine effektive und zielorientierte Arbeitsweise zu ermöglichen. Gleichzeitig wurden durch diese Veranstaltungen die Ressourcen in der KISS gebündelt und die Arbeitskapazitäten der Mitarbeiterinnen effizienter eingesetzt. Die Themen wurden von den Selbsthilfegruppen mit ausgewählt. Neben den inhaltlichen Schwerpunkten dieser Veranstaltungen, dienten sie auch zum Erfahrungsaustausch, d.h. schon im Konzept wurde als ein Baustein jeder Veranstaltung der Erfahrungsaustausch aufgenommen. Diese Zeit zum Austausch wurde von den Gruppen auch deshalb gewünscht, weil es im Saarland wegen der schlechten Infrastruktur keine Gesamttreffen gab und gibt. Lediglich Gruppen aus den einzelnen Regionen oder zu einzelnen Themenbereichen haben eine solche Möglichkeit zu einem regelmäßigen Austausch.

Obwohl »Fortbildungsreihen« genannt, bauten die Seminare nur zum Teil aufeinander auf. Sie konnten auch als Einzelveranstaltung besucht werden. Im organisatorischen Bereich war es wichtig, die Teilnehmenden nicht zu überfordern, d.h. die Fortbildung zeitlich nicht zu lang und von der Thematik her nicht zu komplex zu gestalten. In Rücksprache mit Interessierten einigten wir uns auf jeweils samstags 13.30 – 18.00 Uhr. Die Zahl der Teilneh-

mer/innen war auf etwa 15 Personen pro Veranstaltung begrenzt. Um möglichst vielen Gruppenmitgliedern die Teilnahme zu ermöglichen, wurde der Teilnahmebeitrag möglichst gering gehalten (zunächst 20 DM, dann 30 DM pro Person). Meist wurden die Teilnahmegebühren für den oder die Vertreter/innen einer Gruppe gemeinsam aus der Gruppenkasse bezahlt.

Die drei Fortbildungsreihen im Überblick

1994

1. Öffentlichkeitsarbeit und Presse

Ziel: Handreichungen und Tips zur Weiterentwicklung der Pressearbeit in einer Selbsthilfegruppe geben.

2. Innovative Öffentlichkeitsarbeit für Selbsthilfegruppen – neue Wege in der Selbstdarstellung

Ziel: Schwachstellen in der Kommunikation mit der Öffentlichkeit analysieren und kreative Ideen, Methoden und Techniken für eine wirkungsvolle Selbstdarstellung entwickeln und erproben.

3. Finanzierungsmöglichkeiten für Selbsthilfegruppen

Ziel: Über die regionale Förderpraxis von Selbsthilfegruppen informieren und aufklären und neue Finanzierungsstrategien aus dem Bereich private Förderung vorstellen.

4. Einstieg in die Gruppenarbeit – ein Angebot für neu gegründete Selbsthilfegruppen

Ziel: Unsicherheiten abbauen und den Einstieg in die Gruppenarbeit erleichtern.

5. Gruppenprozesse

Ziel: Am Beispiel der Erfahrungen der Gruppenmitglieder gruppenspezifische Probleme aufdecken, analysieren und Lösungsmöglichkeiten finden.

1995

1. Radio selbstgemacht – Öffentlichkeitsarbeit selbstbestimmt gestalten

Ziel: Medien wie Rundfunk und Fernsehen für Selbsthilfegruppen nutzbar machen; Möglichkeiten des »Offenen Kanals« kennenlernen.

2. Planung und Gestaltung der Gruppenarbeit in der Anfangsphase

Ziel: Einstieg in die Gruppenarbeit erleichtern.

3. Veranstaltungen planen und durchführen; Öffentlichkeit und Medienkontakt

Ziel: Tips und Anregungen vermitteln, um aktuelle Themen wirkungsvoll in die Öffentlichkeit zu tragen, d.h. Themen aus dem Selbsthilfebereich durch eine Veranstaltung öffentlich zu machen.

4. Gruppenorientierte Gesprächsführung

Ziel: Einblick in verschiedene Methoden der Gesprächsführung geben und in einem aktiven Dialog die Umsetzung für die Arbeit von Selbsthilfegruppen diskutieren und üben.

5. Aufgabenverteilung in Selbsthilfegruppen

Ziel: Das Verhalten in der Gruppe, das Erleben der Gruppenarbeit und die Entstehung innerer Strukturen und Rollen auf der Basis der individuellen Erfahrungen von Gruppenmitgliedern genau betrachten und analysieren, um so das gemeinsame aktive Lernen in der Gruppe zu fördern.

6. Teamentwicklung in Gruppen

Ziel: Die Zusammenarbeit im Team und das Lösen einer gemeinsamen Aufgabe anhand von Entwicklungsmodellen und durch Lernen am Modell erproben.

1996

1. Ziele und ihre Bedeutung für die Arbeit in Selbsthilfegruppen – Gruppen in der Anfangsphase

Ziel: Gruppen in der Anfangsphase den Einstieg erleichtern und die Stabilität fördern.

2. Selbsthilfe und Printmedien

Ziel: Handreichungen und Tips zur Weiterentwicklung der Pressearbeit in einer Selbsthilfegruppe geben.

3. Finanzplanung und Kassenführung im Verein

Ziel: Hilfsmitteln und Arbeitserleichterungen für Vereine vorstellen, um Haushaltsplanungen, Jahresabrechnungen, Haushaltsaufzeichnungen besser und effektiver zu bewältigen.

4. Leiten statt leiden!

Ziel: Arbeitsweisen von Gruppen analysieren und sich mit der Frage auseinandersetzen: »Brauchen Gruppen Anleitung, um erfolgreich zu arbeiten, oder gelingt es ihnen, die Verantwortlichkeit auf die Mitglieder zu verteilen?«

Die Seminare wurden allein von einer KISS-Mitarbeiterin oder unter Mitwirkung von fachlich kompetenten Referent/innen (Psychologe/in, Organisationsberater/in, Kommunikationswissenschaftler/in oder Journalist/in) durchgeführt. Für jede der Seminarreihen wurden spezielle Programmhefte erarbeitet und an alle Selbsthilfegruppen verteilt.

Finanzierung der Fortbildungsangebote

Mit Ausnahme von einer Fortbildungsveranstaltung fanden alle in den Räumlichkeiten der KISS statt. (*Radio selbstgemacht* wurde beim Offenen Kanal durchgeführt.) Dies ersparte die Kosten für externe Räumlichkeiten. Durch die niedrigen Teilnahmegebühren, die eher einen symbolischen, als einen wirtschaftlich kalkulierten Beitrag darstellten, mußte die KISS zur kostendeckenden Finanzierung der Veranstaltungen Zuschüsse beantragen und / oder Spenden einwerben. Im ersten Jahr wurden externe Referentinnen und Referenten, Arbeitsmaterialien und Druckkosten für die *Handreichung Band 1* als Pilotprojekt vom Saarländischen Ministerium für Frauen, Arbeit, Gesundheit und Soziales finanziell bezuschußt. Die Fortbildungsveranstaltungen und die Druckkosten der *Materialien zur Selbsthilfe Band 2* in den darauffolgenden Jahren wurden durch Zuschüsse des Verbandes der Angestelltenkrankenkassen Saarland e.V. gefördert.

»Erweiterte« Dokumentation der Seminarinhalte – Materialien zur Selbsthilfe

Schon vorab wurde die Frage gestellt: »Gibt es auch ein Skript? Bekommen wir etwas Schriftliches an die Hand, um die Inhalte besser an die Gruppe weitergeben zu können?« Bei der Auswertung der ersten Seminare entstand in Gesprächen mit den Teilnehmenden

dann die Idee, die Inhalte und Ergebnisse der Seminare in schriftlicher Form festzuhalten.

Wir von der KISS machten uns Gedanken darüber, daß eine Dokumentation oftmals nur für diejenigen interessant ist, die dabei waren, für die anderen aber weniger nützlich ist. Oft wird mit einem relativ hohen Aufwand eine Broschüre erstellt, die nur für eine relativ kleine Anzahl von Selbsthilfegruppenmitgliedern – nämlich für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einer Veranstaltung – von einem gewissen Nutzen ist. Dies wollten wir nicht, sondern wir entschieden uns für eine »erweiterte« Dokumentation. Bei dieser Entscheidung spielte die Einschätzung eine Rolle, daß unser Seminarangebot sich zwar generell an alle Gruppen richtet, durch die begrenzte Zahl der Teilnehmer/innen aber letztendlich nur eine Minderheit der im Saarland bestehenden Gruppen das Angebot in einem Jahr wahrnehmen konnte. (Z.B. 6 Seminare à max. 15 TN = 90 TN bei ca. 550 Selbsthilfegruppen, Selbsthilfe-Organisationen und -Verbänden.) Eine »erweiterte« Dokumentation bot zum einen die Möglichkeit, den Teilnehmenden eine Zusammenfassung / ein Nachschlagewerk der theoretischen Inhalte und praktischen Beispiele zu geben. Die Handreichungen sind den Teilnehmenden an Fortbildungsveranstaltungen automatisch zugewandt. Zum anderen konnten Selbsthilfegruppen(-Mitglieder), die nicht teilnahmen, die Handreichungen anfordern. Auf diese Weise konnte ein Arbeitsmaterial an die Hand gegeben werden, das die behandelten Themen soweit vertieft und eine Problematik näherbrachte, daß sie auch in dieser Form in der Gruppenarbeit praktisch einzusetzen war. Die Handreichungen dienen dazu, Grundlagen zu vermitteln und einen Rahmen für die Bearbeitung verschiedener Themen zu geben. Sie motivieren auch dazu, sich bei Schwierigkeiten und Fragen in der Gruppenarbeit gemeinsam darum zu kümmern, d.h. Probleme eigenverantwortlich anzupacken und zu lösen, ohne sie ewig vor sich herzuschieben und so die eigentliche Arbeit damit zu belasten. Die Handreichungen geben Tips und Anregungen, selbsthilferelevante Themen strukturiert zu bearbeiten.

Neben Selbsthilfegruppen haben auch einige Professionelle, insbesondere Mitarbeiter/innen aus Beratungsstellen, die Kontakt zu Selbsthilfegruppen haben, Handreichungen angefordert. Für Initiator/innen neuer Gruppen haben sich die Materialien als nützlich erwiesen, sich in die Thematik einzuarbeiten und anschließend im persönlichen Gespräch mit der KISS noch einige Punkte zu klären, um so in der Vorbereitung einer Gruppengründung schon eine gewisse Sicherheit zu bekommen.

Die Entstehung dieser *Materialien zur Selbsthilfe* ist zwar eng mit der Durchführung der Fortbildungsreihen verknüpft und baut auch inhaltlich darauf auf, mittlerweile ist es aber so, daß sie auch ganz gezielt nach der zugrunde liegenden Thematik, einfach als Arbeitsmaterial angefragt werden, ohne daß die Inhalte in einer entsprechenden Veranstaltung aufgearbeitet wurden. Die Resonanz ist positiv. Als etwas problematisch wird der Umfang bzw. die Zusammenfassung verschiedener Themen in einer Broschüre angesehen. Wenn sich jemand für die Passage Öffentlichkeitsarbeit »Wie schreibe ich einen Zeitungsartikel?« interessiert, wird es z.T. als störend empfunden, daß er dann nur die komplette Broschüre erwerben kann. In unseren Überlegungen sind wir inzwischen soweit gekommen, auch in Zukunft *Materialien zur Selbsthilfe* zu erarbeiten, dabei jedoch eher zu jedem abgeschlossenen Themenkomplex eine eigene kleine Broschüre herauszugeben. Auch eine Neuauflage der bereits erschienen Themen – in anderer Form aufbereitet – ist möglich.

Eine Bewertung der Fortbildungsreihen

Die Fortbildungsreihen selbst waren anfangs bis auf den letzten Platz ausgebucht. Wir führten sogar Wartelisten und boten besonders »begehrte« Themen mehrmals an. Über die Jahre jedoch gingen die Anmeldungen zurück. Eine Veranstaltung mußte sogar abgesagt werden, da die Mindestzahl an Teilnehmer/innen nicht zustande kam. Unterschiedliche Gründe mögen für diese Phase eine Rolle spielen: Manche bemängelten die Terminwahl, andere eine zu große Anzahl (mit sechs Samstagen pro Jahr) oder den zentralen Veranstaltungsort in Saarbrücken: »Warum nicht mal in einem anderen Landkreis?« Und / Oder ein großer Teil der Interessierten aus den bestehenden Gruppen hatten bereits an Seminaren teilgenommen, und so viele neue Gruppen hatten sich nicht gegründet, die einen Bedarf anmeldeten. Hinzu kam, daß Ende 1996 eine Mitarbeiterin die KISS verließ und die Stelle drei Monate vakant war, was auch die Arbeitskapazitäten stark einschränkte, so daß wir für 1997 kein Fortbildungsprogramm erarbeiteten (Es wurde lediglich eine Einzelveranstaltung in kleinerem Rahmen durchgeführt.)

Entscheidend aber war: Über die Inhalte und / oder die Themenwahl gab es keine Beschwerden. Diejenigen, die an den Seminaren teilgenommen hatten, gaben durchweg positive Rückmeldungen.

Diese grundsätzlich positive Resonanz zeigte sich dann auch in den zwei Jahren »Abstinenz«, denn wir bekamen immer wieder Anfragen von Selbsthilfegruppen nach Fortbildungsangeboten, insbesondere auf dem Hintergrund neuer gesellschaftlicher Entwicklungen und Veränderungen und dem Bedürfnis, sich damit auseinanderzusetzen. Nachgefragt wurden Angebote zu neuen Finanzierungsmodellen (wie z.B. zur Selbsthilfeförderung durch die gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 Abs.3 SGB V oder über die Möglichkeiten von Sponsoring), zum Einsatz von neuen Medien in der Selbsthilfegruppenarbeit, zur Gruppenarbeit in der Anfangsphase oder zur Konfliktbewältigung. Ein Bedarf wurde weiterhin signalisiert zu Fragen der Gestaltung und Bewältigung von Gruppenprozessen, im Hinblick auf Organisationsprobleme und zu Öffentlichkeitsarbeit.

Die neuen Bausteine

Aufgrund dieser Bedürfnisse bietet die KISS im Jahr 1999 wieder verschiedene Fortbildungsbausteine mit einem etwas abgeänderten Konzept an. Der erste Baustein beschäftigt sich mit allgemeinen selbsthilferelevanten Themen, ein zweiter mit spezifischen Themen aus einzelnen Selbsthilfebereichen, und ein dritter wendet sich mit allgemeinen Selbsthilfethemen an Selbsthilfegruppen in bestimmten Regionen bzw. die vor Ort angesiedelten Arbeitskreise für Selbsthilfe.

Baustein 1:

- Workshop »Für sich sorgen im Kreis von Mitmenschen«
- Fortbildungsseminar »Überzeugende Öffentlichkeitsarbeit und erfolgreiche Sponsorensuche« (mit dem *Bundesverband der Pharmazeutischen Industrie – BPI*)
- Seminar »Konflikte in der Gruppe – Salz in der Suppe«

Baustein 2:

- Workshop »Umarme deine Angst«

Baustein 3:

- Diskussionsabend im Saarpfalz Kreis »Selbsthilfegruppen und freiwilliges Bürgerengagement« (mit dem Projekt *Pro Ehrenamt* im Saarpfalz Kreis)
- Seminar im Landkreis St. Wendel: »Gruppenprozesse gestalten«

Mit den neuen Bausteinen wollen wir die Bedürfnisse einer Vielzahl von Gruppen berücksichtigen und den besonderen regionalen infrastrukturellen Gegebenheiten des Saarlandes Rechnung tragen. Die Angebote werden in unserer Zeitschrift *EINBLICK* veröffentlicht und sind so für alle Gruppen gleichermaßen zugänglich.

Wir hoffen, daß wir mit unserem neuen Angebot auf ein breites Interesse stoßen. Und wir hoffen auch, daß durch die Seminare in einzelnen Landkreisen aktuelle Themen und Probleme von Selbsthilfegruppen vor Ort aufgegriffen werden und die lokale Vernetzung ein Stück weitergebracht wird.

Die Materialien zur Selbsthilfe können gegen eine Schutzgebühr von je 5 DM + Versandkosten bezogen werden bei:

KISS, Kaiserstr. 10, 66111 Saarbrücken

Tel: 0681 / 375738 / 9, Fax: 0681 / 375748, EMail: kiss@handshake.de

Beate Ufer ist Dipl. Sozialarbeiterin FH und arbeitet bei der KISS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland in Saarbrücken.