

Selbsthilfekulturen und – generationen

Kann gemeinschaftliche Selbsthilfe Unterschiede in Alter, Status, sozialer Lage, Kultur und Herkunft überwinden?

Warum kein schnelles „Ja“?

Als ich angefragt wurde, im Rahmen der Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. in Goslar einen Vortrag zu diesem inhaltsschweren Titel zu halten habe ich zunächst gezögert, denn zu jedem einzelnen Begriff und den damit verbundenen Bezügen ließen sich mühelos viele Veranstaltungen füllen. Entlastend ist, dass einige Aspekte bereits im Verlauf der Jahrestagung in Arbeitsgruppen thematisiert wurden, beispielsweise die alternde Gesellschaft und das Problem des Nachwuchses in der Selbsthilfelandschaft. Wer die Selbsthilfe und ihre Wirkungen, das Potenzial der Selbsthilfeunterstützungsszene kennt, ist geneigt, auf die im Untertitel gestellte Frage mit einem schnellen und klaren „Ja“ zu antworten. Mit diesem Beitrag lade ich stattdessen dazu ein, sich mit folgenden Fragen zu beschäftigen: was eigentlich macht den Generationenwechsel, also „die Weitergabe der Lampe des Wissens“, wie Norbert Elias (1977, S. 77 ff.) es einmal formulierte, im Bereich der Selbsthilfe zu einer besonderen Herausforderung? Was hat die Selbsthilfeförderung konkret zu schaffen mit dem derzeitigen gesellschaftlichen Wandel, der alle Milieus, alle Altersgruppen erfasst, wo doch in vielen Forschungsberichten und Publikationen zu lesen ist von der „Erfolgsgeschichte“ der Selbsthilfe in Deutschland und darüber hinaus (vgl. Engelhardt 2011 und Thiel 2012)? Vor der Diskussion möglicher Strategien der Selbsthilfe-Institutionen und der Fachkräfte der Selbsthilfeunterstützung sowie einer flankierenden Sozialpolitik bietet sich also eine Skizzierung der Ausgangssituation an. Eine Möglichkeit wäre nun, mit der gesellschaftlichen Großwetterlage, dem Wandel des Sozialstaats und den für die Selbsthilfe relevanten sozialpolitischen und institutionellen Rahmenbedingungen zu beginnen. In einem ersten Schritt will ich stattdessen darlegen, unter welchen Vorzeichen auf der Subjektebene sich der gesellschaftliche Wandel vollzieht, welche Folgen dies für junge Menschen und Erwachsene und damit auch für den Wandel der Selbsthilfekultur hat. Daran anknüpfend folgen Überlegungen zur ungebrochenen Attraktivität von Selbsthilfe und Ideen aus dem Münchner Modellprojekt „Soziale Selbsthilfe und Soziale Arbeit“ zur Frage, wie sich Vielfalt neu wahrnehmen und gestalten lässt. Im letzten Teil des Beitrags gehe ich noch einmal explizit auf die Herausforderung des Generationenwechsels in der Selbsthilfeunterstützung ein.

1. Der Generationenwechsel in Zeiten einer sich verändernden Engagement-Kultur

Von den Fachkräften der Selbsthilfeunterstützung scheiden viele in den nächsten Jahren aus dem Erwerbsleben aus. Darunter befinden sich auch diejenigen Expertinnen und Experten der Selbsthilfe, die der Gründergeneration angehören und die den Selbsthilfgedanken und das Know-How an ihren Arbeitsplätzen in Verwaltungen, Ministerien, in Kontaktstellen und sonstigen Institutionen weiter getragen haben. Ein aktiv gestalteter Generationenwechsel ist für die Selbsthilfekultur und Selbsthilfepolitik deshalb unbedingt wünschenswert (vgl. Rapp 2004). Dies gilt auch für viele der inzwischen etablierten Selbsthilfegruppen und –initiativen: wo bleibt der Nachwuchs, wie kann Kontinuität, Wissen und Kompetenz in der Abfolge von Generationen gesichert werden? Die Landschaft der Selbsthilfegruppen, -initiativen und –kontaktstellen ist in Bezug auf diese Fragen nicht allein, sondern in guter Gesellschaft, denn ein ähnliches Problem haben Parteien, Kirchen, Gewerkschaften und Vereine, die ebenfalls in erheblichem Maß auf Selbstorganisation beruhen. Die Vereinsforschung verweist auf die großen Herausforderungen, vor denen diese Organisationsform steht. Zwar sind und bleiben Vereine eine weiterhin zentrale Säule der Zivilgesellschaft, allerdings sind sie mehr und mehr vom Trend der zunehmenden Entkoppelung des Engagements von festen Strukturen betroffen. Der Rückgang der Mitgliederzahlen ist hierfür ein Indikator und ist nach den Parteien, Kirchen und Gewerkschaften nun auch bei den Vereinen angekommen. Die Vereins- und Verbandsforscherin Annette Zimmer schreibt dazu:

„Veränderungen der Arbeitswelt und des gesellschaftlichen Kontextes werden den Verein als Ort, an dem sich Generationen treffen, in Zukunft vermutlich in hohem Maße in Frage stellen. Flexible Arbeitszeiten und hohe Anforderungen an Mobilität fordern ihren Tribut. Die Regelmäßigkeit der Teilnahme und darüber hinaus die Verpflichtung zum kontinuierlichen freiwilligen Mitmachen ist mit einer beruflich möglichst flexiblen Arbeitszeit nur schwer vereinbar.“ (Zimmer 2012, S. 40)

In den Vereinsstrukturen wie auch in Mütter- und Familienzentren oder Nachbarschaftstreffs macht sich dies vor allem durch das zeitlich kürzer werdende Engagement der Angehörigen der gut ausgebildeten ‚Mittelschicht‘ und des ‚Bildungsbürgertums‘ bemerkbar, da die verdichteten Leistungs- und Mobilitätsanforderungen der Arbeitswelt diesen Personenkreis in erheblichem Ausmaß treffen. Wohin geht die Reise also in Vereinen aber auch in Selbsthilfegruppen und –initiativen, wenn die Ressourcen von Frauen und Männer hinsichtlich einer kontinuierlichen Verantwortungsübernahme weniger werden und junge Menschen sich eher kurzfristig und projektorientiert engagieren?

1.1. Generationenbilder im Selbsthilfekontext

Interessant ist in diesem Zusammenhang, wie im Selbsthilfekontext die Generationen wahrgenommen und beschrieben werden, da diese Generationenbilder oft der Erklärung und Illustration der Veränderungen in der Selbsthilfekultur dienen. In Interviews, die wir in dem Modellprojekt „Soziale Selbsthilfe und Soziale Arbeit“ mit langjährig etablierten Expertinnen und Experten der Selbsthilfeunterstützung geführt haben, aber auch in Fachbeiträgen, die zu dieser Thematik in den letzten Jahren in den Jahrbüchern der DAG SHG publiziert wurden, deutet sich folgende Bildbeschreibung der nachfolgenden Generationen an:

Die Nachfolgegenerationen der Selbsthilfebeförderung tragen zwar erheblich zur professionellen Verbreitung und Verankerung von guten Rahmenbedingungen für Selbsthilfeengagement bei, damit einher gehend – so ein Interviewpartner – ist „Selbsthilfe aber inzwischen viel pragmatischer geworden“, die dahinter stehende emanzipatorische, theoretische und politische Energie sei bei den jüngeren Generationen der Selbsthilfeunterstützung nicht mehr deutlich spürbar. Auch die jüngeren Mitglieder von Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeinitiativen werden gelegentlich im Sinne dieser primär pragmatischen Haltung zur Selbsthilfe beschrieben: vom zunehmenden „Selbsthilfe-Konsum“ ist im Fachdiskurs (vgl. Thiel 2004) und in den Interviews des Modellprojektes die Rede, die Jüngeren und ihre primär „narzisstische Persönlichkeitsstruktur“ gefährden die Idee der gemeinschaftlichen Selbsthilfe (vgl. Franzen 2003), denn das aufeinander bezogen sein und die Verantwortungsübernahme tritt im Vergleich zu den 70er und 80er Jahren stärker in den Hintergrund. Anschlussfähig daran ist die jüngste Buchveröffentlichung von Frank Schirmmacher. Er beschreibt in „EGO – Das Spiel des Lebens“ (2013) die inzwischen übermächtige Ideologie des rationalen Egoismus. Der Mensch, so Schirmmacher, wird nicht nur als grundsätzlich „egoistisch“ beschrieben, sondern nach der Logik der unser Leben mehr und mehr durchdringenden Ökonomie in Verbindung mit mathematischen Modellen und dem Informationskapitalismus gilt es als vernünftig, egoistisch zu denken und zu handeln. Dieser neueren, interessanten Variante der Gegenübersetzung von „ICH“ und „WIR“ kann man mit Verweis auf den Sozialpsychologen Heiner Keupp entgegenhalten, dass das Ich ohne das Wir nicht denkbar ist. „Das Ich ist nicht der Feind, der in kollektive Fesseln geschlagen werden muss.“ (Keupp 2012, S. 176).

In Bezug auf den veränderten Umgang mit Selbsthilfe finden sich in den Interviews des Modellprojekts „Soziale Selbsthilfe und Soziale Arbeit“ allerdings Beobachtungen, die sich mit dieser Debatte durchaus verbinden lassen: nicht das Reden und die Beziehungsgestaltung angesichts von Schwierigkeiten und Problemen, sondern das unmittelbare Abfragen von Informationen, Angeboten und Lösungsstrategien stehen im Vordergrund, wenn junge Menschen sich für Selbsthilfe interessieren. Generell ist das Interesse für ein längerfristiges Selbsthilfeengagement bei den nachfolgenden Generationen schwer zu entfachen. Demgegenüber stehen andere Formen des Engagements, die at-

traktiver für junge Menschen und alltagstauglicher für vielbeschäftigte Erwerbstätige sind. Freiwilligenengagement wird unter klangvollen Namensdächern wie Greenpeace, der Occupy-Bewegung oder gar der Piraten-Partei ausgelebt. Sie fordern anders als traditionelle Formen des Ehrenamts oder des Engagements in Selbsthilfegruppen keine längerfristige Form der gegenseitigen Verantwortungsübernahme, dafür aber bieten sie eine erhebliche Erlebnisqualität. Dazu Annette Zimmer: „NGO s (non-governmental organisation, Anm. d. Autorin) vermitteln ‘civicness’ als zivilgesellschaftliche Haltung, jedoch ohne einen Vertrag auf Gegenseitigkeit herzustellen.“ (Zimmer 2012, S. 40)

Zur Erklärung dieser auch für die Selbsthilfe-Kultur folgenreichen Zusammenhänge reicht der Verweis auf einen primär narzisstischen Persönlichkeitstypus (vgl. hierzu auch Keupp 2012) oder auf den Siegeszug des „rationalen Egoismus“ nach Schirrmacher allerdings nicht aus.

2. Der Generationenwechsel und die Lebenslaufperspektive

Für Fachkräfte der Selbsthilfeunterstützung lohnt sich ein Blick auf den gesellschaftlichen Wandel und auf die Einflussnahme in den Lebensphasen der Kindheit, Jugend und im Erwachsenenalter. Das soziologische Konzept der Generationen geht ja davon aus, dass bestimmte wirtschaftliche, kulturelle und politische Konstellationen jeweils eigene Generationen hervorbringen können, stellvertretend sei hier an die Wirtschaftswundergeneration, die Kriegsgeneration, die skeptische Generation oder die Generation Praktikum erinnert. Damit komme ich zu einem entscheidenden Punkt: der Generationenwechsel findet vor dem Hintergrund tiefgreifender Veränderungen der Lebensläufe und der Ausdifferenzierung der Lebensalter statt. Ein guter Wechsel im Sinne der Weitergabe und Weiterentwicklung der Selbsthilfe-Unterstützungsansätze setzt Wissen um diese Veränderungen und eine aktive Gestaltung des Generationenwechsels voraus.

Das Leitbild des ‚Homo oeconomicus‘ und die damit einhergehenden globalen, gesellschaftlichen Veränderungen in der Arbeitswelt, die Erosion traditioneller Bindungen und der Wandel des Sozialstaates beeinflussen die Lebenswelten von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen merklich. Hier einige Blitzlichter auf wesentliche Veränderungen in Kindheit, Jugend und der Erwachsenenphase.

2.1. Frühe Kindheit und Bildung – Risiken und Nebenwirkungen

Der Lebensabschnitt der frühen Kindheit hat sich den letzten Jahren vor allem in Verbindung mit den Erkenntnissen der Bildungsforschung verändert. Der verstärkte Einzug der Bildung im vorschulischen Bereich bringt allerdings auch unerwünschte, bislang kaum diskutierte und erforschte Risiken und Nebenwirkungen mit sich. Eltern erhoffen sich für ihre Kinder eine gute Platzierung im Statusgefüge der Gesellschaft und setzen auf Kindertageseinrichtungen, die altersgerechte Bildungsangebote gewährleisten können und die die Potenziale der frühen Jahre zur optimalen Förderung der Mädchen und

Jungen nutzen. Forschungsergebnisse zur sozialen Ungleichheit in Deutschland belegen, dass die außerfamiliäre, ungleiche Verteilung von Bildungschancen sich mit dem Eintritt ins deutsche Schulsystem verstärken (vgl. Geißler 2012). Inzwischen hat dieser Verstärkereffekt jedoch bereits in Krippen und anderen Kindertageseinrichtungen Einzug gehalten. Ein gigantischer Bildungsmarkt hat sich im Bereich der Kindertagesbetreuung gebildet und ein Wettbewerb an Bildungsangeboten unterschiedlichster Qualität setzt Eltern zusätzlich unter Druck. Es fehlt nicht nur vielerorts an Betreuungsplätzen sondern die Eltern stehen vor der Frage, ob sie mit einem verfügbaren Platz auch die notwendige Bildungsförderung, etwa in Form von naturwissenschaftlicher oder philosophischer Bildung für ihr Kind erhalten. Das schließt auch die Frage nach der Ausbildungsqualität des pädagogischen Personals mit ein. Die unerwünschten Nebenwirkungen dieser Bildungsoffensive im Bereich der Kindertagesbetreuung dürften inzwischen auch im Feld der Familienselbsthilfe spürbar sein. Besorgte Eltern mit unterschiedlichen Ressourcen stehen in Konkurrenz zueinander um die vermeintlich besten Förderangebote für den Nachwuchs.

2.2. Jugendliche und junge Erwachsene unter dem Druck der Selbstoptimierung

Auch die Phase der Jugend und des jungen Erwachsenenalters hat sich verglichen mit älteren Jugendgenerationen erheblich verändert. Der massive Wandel der Arbeitsgesellschaften und die instabilen Finanzmärkte führen speziell für junge Menschen in Deutschland und Europa zu einem außerordentlich hohen Erwerbslosigkeitsrisiko, zu schlechteren Einstiegschancen und hin zu langwierigen Einstiegsprozessen in stabile und existenzsichernde Arbeitsverhältnisse. Für diese jüngere Generation und ihre Erwerbsarbeitsituation wird häufig der Begriff „Génération Précaire“ angeführt. Der Anteil der jungen Menschen an den Erwerbslosen ist im Vergleich aller Altersgruppen seit 2008 achtmal so stark gestiegen, dementsprechend liegt die Jugendarbeitslosigkeitsquote deutlich über der Erwerbslosigkeitsquote insgesamt (Reißig 2012). Hinzu kommt, dass Jugendliche und junge Erwachsene in Deutschland überproportional häufig in Leiharbeitsverhältnissen und anderen prekären Erwerbsformen beschäftigt sind. Damit stehen Jugendliche und junge Erwachsene, anders als die Generation heutiger Arbeitnehmer über 50 Jahre, vor erheblichen biografischen Planungsunsicherheiten und permanent steigenden Leistungsanforderungen. Wie gehen Jugendliche und junge Erwachsene damit um? Fast ein Drittel der 18 – 29-jährigen fühlt sich heute verunsichert und schätzt die eigenen Handlungsmöglichkeiten in einer Situation des Umbruchs als unklar ein, begleitet vom Gefühl fehlender Kontrolle. Ein Vergleich der Ergebnisse des DJI-Surveys AID:A 2009 (Aufwachsen in Deutschland: Alltagswelten) mit früheren Jugendsurveys zeigt folgendes Bild: angesichts unklarer Zukunftsperspektiven orientieren sich Jugendliche wieder stärker an Werten der Pflicht und der Leistung, sie setzen vermehrt auf Familie und private Beziehungen, Konflikte in den privaten Generationenbeziehungen und Klagen über Ungerechtigkeiten sind eher selten (Gille 2012).

Im Werteprofil und im Verhalten heutiger Jugendlicher spiegelt sich also das Bemühen, mit einer verstärkten Ausrichtung auf Leistung und Pflichterfüllung die Chancen auf eine erfolgreiche Integration in den Arbeitsmarkt und damit verbundene Statuspositionen zu erhöhen. Das bedeutet nicht, dass das gesellschaftspolitische Engagement erlahmt ist. Vor allem attraktiv – so die Jugendforscherin Martina Gille – ist für Jugendliche und junge Erwachsene politischer Protest in Form von kurzfristigen Aktionen (Gille 2012, S. 21). Hohes Interesse zeigt die jüngere Generation ebenfalls in Bezug auf freiwilliges Engagement, allerdings durchaus mit Blick auf die dort zu erwerbenden Kompetenzen und Netzwerke, die sich in der weiteren Erwerbsbiografie und dem individuellen Qualifikationsprofil sinnvoll nutzen lassen. Dieser letzte Aspekt knüpft an die Figur des „unternehmerischen Selbst“ (Bröckling 2007) an, die verdeutlicht, dass mit dem gesellschaftlichen Wandel auch ein Wandel der Subjektivierungsform einhergeht. Die Gesellschaftsmitglieder und vor allem Jugendliche und junge Erwachsene sind gefordert, in allen Bereichen umfassende Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, sich also beständig weiterzuentwickeln. Das unermüdliche Bemühen um Selbstverbesserung durchdringt alle Lebensbereiche, Stillstand ist nicht vorgesehen.

Diese zentrale Norm der Selbstoptimierung fordert Kinder, Jugendliche und Erwachsene dazu auf, sich selbst gegenüber unternehmerisch zu handeln, also im Sinne der Selbstoptimierung vorzugehen und strategisch clever mit den eigenen Ressourcen zu haushalten oder neue zu erwerben. Das umfasst den Anspruch körperlicher Fitness und Attraktivität ebenso wie den der maximalen Verwertung der Chancen des lebenslangen Lernens, den Anspruch der Souveränität in Krisensituationen, der angestrebten Coolness im Umgang mit Unsicherheit und reaktionsschneller Präsenz. Christian Lüders vom Deutschen Jugendinstitut weist ergänzend darauf hin, dass eine Zielerreichung in Bezug auf diese Normen nicht denkbar ist, vielmehr ergibt sich daraus für Jugendliche und junge Erwachsene ein endloser Bedarf an „...Trainings-, Lern- und Bildungsprozessen, vielfältigen Selbstentwicklungs- und Inszenierungsstrategien.“ (Lüders 2012, S. 17). Alle Bereiche des Lebens, und damit auch das Ehrenamt oder andere Formen des freiwilligen Engagements, werden aus der Perspektive junger Menschen zunehmend dahingehend ausgelotet, was sie zur Erhöhung der Beschäftigungs- und Zukunftschancen beitragen können. Mittel- und langfristiges Engagement steht der Mobilitäts- und Flexibilitätsanforderung und den knapper werdenden Zeitressourcen im Alltag eher entgegen. Das Engagement in einer Selbsthilfegruppe ist im Kontext der radikalen, verinnerlichten „Selbstoptimierung“ und den damit einhergehenden Strategien der Selbstvermarktung für junge Erwachsene und Jugendliche nicht leicht zu integrieren, denn die Mitgliedschaft verweist die Betroffenen und Außenstehende auf ein dahinter stehendes Problem gesundheitlicher oder sozialer Genese, also auf einen Makel, der leistungs- und chancenmindernd wirken könnte.

2.3. Zahlreiche Brüche und Übergänge im Erwachsenenalter

Das Erwachsenenalter galt lange Zeit als eine kaum hinterfragte Lebensphase. Der Erwachsene war – so der Lebenslaufforscher Ansgar Weymann – „...nach allgemeinem Sprachgebrauch und eigenem Selbstverständnis dadurch gekennzeichnet, dass er als sexuell voll entwickelte und in der Gesellschaft unbeschränkt rechtsfähige Person eben nicht sozialisationsbedürftig ist, sondern selbst Kinder erzieht, Schüler unterrichtet oder Lehrer und Studenten ausbildet.“ (Weymann 2008, S. 159)

Doch der tradierte Erwachsenenstatus hat an Selbstverständlichkeit verloren, vielmehr ist das Erwachsenenalter inzwischen einer offenen Sozialisationsdynamik unterworfen. Erwachsene stehen vor der Aufgabe, heute deutlich mehr Übergänge, Neuanfänge und Verluste im Lebenslauf bewältigen und gestalten zu müssen als die heranwachsenden Generationen in der Folge der Wirtschaftswunderjahre. Mit diesen Übergängen gehen Statuswechsel einher, das heißt die soziale Position des Einzelnen in der Gesellschaft ändert sich, wenn wir beispielsweise an den Wechsel eines aktiv Erwerbstätigen hin zum Ruheständler denken oder an den Wechsel von der vollzeitbeschäftigten Arbeitnehmerin hin zur Erwerbslosen. Einige dieser Übergänge sind erwünscht und vorhersehbar, etwa der Übergang von der Ausbildung in die Erwerbsarbeit oder von der Erwerbstätigkeit in den Ruhestand. Andere sind nicht von Beginn an in der individuellen Lebensplanung von Männern und Frauen enthalten und unerwünscht. Dazu zählen Trennung und Scheidung oder Phasen der unfreiwilligen Erwerbslosigkeit, chronische Krankheit, zahlreiche Arbeitsplatzwechsel und häufig damit einhergehende Wohnortänderungen und Nachbarschaften.

Auch Erwachsene stehen in Bezug auf Flexibilität und Mobilität unter erhöhtem Druck. Sie sollen die Übergänge und damit verbundene Leistungen der Neuorientierung möglichst geschmeidig und schnell gestalten und bewältigen. Das hört auch im höheren Alter nicht auf, hier sind die betroffenen Frauen und Männer gefordert, mit den vielfältigen Arrangements der Pflege bei steigendem Krankheitsrisiko zurecht zu kommen. Ein Wechsel von der Wohnung ins Alten- oder Pflegeheim bringt einen Verlust von Nachbarschaften mit sich hin zu neuen Personen und häufig wechselndem Pflegepersonal. Diese zahlreichen und unterschiedlichen Bereiche des Lebens tangierenden Übergänge im Leben von Erwachsenen führen zur Notwendigkeit, den Alltag und bestimmte Lebensbereiche neu zu organisieren oder zu modifizieren. Für die emotionale Bewältigung, das Aufrechterhalten der Handlungsfähigkeit und die Modifizierung der Lebensziele sind Übergangs-Kompetenzen erforderlich. Wie kann ich mit Trennungen und Verlusten umgehen? Wie kann ich in einem veränderten Umfeld neue Beziehungen nachhaltig aufbauen und pflegen? Wie verarbeite ich Kündigungen oder das Auslaufen von Zeitarbeitsverträgen? Es gilt also auch im Erwachsenenalter Kompetenzen und Fähigkeiten zu stärken und zu entwickeln, um sich an neue bzw. erweiterte Rollen aktiv anpassen zu können.

Der Bewältigungsdruck, der auf der Erwachsenenphase lastet, ist bisher von der Profession sozialer Arbeit kaum systematisch aufgenommen worden. Die

Unterstützungs- und Hilfeleistungen orientieren sich weiterhin vor allem am abweichenden Verhalten Erwachsener, an herausragenden kritischen Lebensereignissen und an Zielen der Anpassung. Die vielfältigen Verunsicherungen und Übergänge im Leben Erwachsener bei gleichzeitiger Verdichtung und Intensivierung der Arbeitswelt erfordern jedoch eine umfassende Kultur der Begleitung und Unterstützung. Dazu gehören auch Antworten der Politik zur Entlastung der Lebensläufe.

3. Konsequenzen für die Selbsthilfeunterstützung

Der Austausch in Selbsthilfegruppen und die Erneuerung von Handlungsfähigkeit durch selbstorganisierte Initiativen und Projekten sind ein wesentlicher Baustein vor allem zur Unterstützung von Erwachsenen. Die Anlässe und Bedarfe sind zahlreich angesichts der vielfältigen Unsicherheiten und Herausforderungen im Lebenslauf.

Die beschriebenen Veränderungen in der Kindheit, der Jugend- und Erwachsenenphasen legen insgesamt nahe, auch in der Selbsthilfeunterstützung eine lebenslaufspezifische Perspektive einzunehmen und auf jene mitunter handlungsleitenden Generationenbilder zu verzichten, die primär von Stereotypen und individualisierenden Zuschreibungen geprägt sind. Fachliche Antworten müssen entwickelt werden zur Frage, wie betroffene Menschen in den verschiedenen Lebensaltern und an verschiedenen Übergängen und Phasen ihres Lebens sowie angesichts der Anforderung der permanenten Selbstoptimierung Zugang zum Selbsthilfebereich finden. Was ermöglicht es ihnen, sich darauf einzulassen und sich zu engagieren?

Selbsthilfegruppen, Online-Foren, selbstorganisierte Initiativen stehen zunehmend in zeitlicher Konkurrenz mit anderen sozialen Aktivitäten und der Erwerbsarbeit (vgl. Schulz-Nieswandt 2009). Das unternehmerische Selbst mit dem Zwang zur Selbstoptimierung, die zu keiner Meisterschaft führen kann, bei gleichzeitiger Verdichtung und Intensivierung in allen Bereichen der Erwerbsarbeit geht hier eine enge Verbindung ein mit dem „erschöpften Selbst“. Der französische Soziologe Alain Ehrenberg (2008) hat dies eindrücklich beschrieben. Eine Herausforderung für die Selbsthilfeunterstützung liegt darin, diese Konkurrenzen und zeitlichen Engpässe in der alltäglichen Lebensführung junger wie älterer Menschen anzuerkennen und passende Konzepte zu entwickeln.

Ein weiterer in der Selbsthilfebeförderung zu beachtender Aspekt liegt darin, dass Menschen jeden Alters sich zwar gerne engagieren, aber nicht unbedingt Teil einer stigmatisierenden Merkmalsgemeinschaft sein wollen. Insbesondere jüngere Menschen – so die Erfahrungen einiger Interviewpartner im Modellprojekt „Soziale Selbsthilfe und Soziale Arbeit“ – neigen vermehrt dazu, Probleme zu tabuisieren und in den engsten Privatbereich zu verbannen, um die angestrebte Platzierung in der Gesellschaft nicht zu gefährden.

Eine Gegenstrategie der Selbsthilfeförderung besteht darin, den Nutzen der Selbsthilfe für die Einzelnen hervorzuheben und eine diesbezüglich offensive, programmatische Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben. Ausgewiesen werden Kernkompetenzen, die man als Mitglied oder als Gruppenleitung erwerben kann und der enorme gesellschaftliche Nutzen im Sinne der Zivilgesellschaft. Der Selbsthilfe-Experte Frank Schulz-Nieswandt empfiehlt in Bezug auf den Generationenwechsel in der Selbsthilfe in diesem Sinne ein „...externes wie internes Sozialmarketing – und im weitesten Sinne sicher auch ein Personalmanagement“ (2009, S. 4). Solche Professionalisierungsstrategien bergen allerdings auch Risiken. Interessant ist ein Hinweis von Christopher Kofahl, Psychologe am Universitätsklinikum in Hamburg-Eppendorf. Er merkt an, dass es insbesondere die großen, etablierten und professionalisierten Selbsthilfe-Organisationen sind, die eine Stagnation verzeichnen. Jüngere Gruppen, die in den 90er Jahren und später gegründet wurden, haben bisher kaum Probleme mit schrumpfenden Mitgliederzahlen. Junge Selbsthilfegruppen-Mitglieder lassen sich durch die professionellen Auftritte schnell verunsichern. Sie befürchten, auf so hohem Niveau mithalten zu können und bleiben deshalb am Rand oder prinzipiell Interessierte werden gar nicht erst Mitglied (Kofahl 2009).

3.1. Gute Beispiele „junger Selbsthilfe“

Ein interessantes Beispiel „Junge Selbsthilfe“ hinsichtlich einer glaubwürdig generationensensiblen und innovativen Strategie bietet für mich das Projekt „Generationenwechsel“ des Bundesvereins Stotterer e. V. (www.bvss.de). Von Anfang an und umfassend waren junge Stotternde, das sogenannte Youth Team, an der Konzepterarbeitung beteiligt. So wurde gewährleistet, dass das Angebot den Bedürfnissen, Zielen und Wünschen der jüngeren Generation entspricht. Über den Zeitraum von zwei Jahren hat das Youth Team über mehrere Etappen ein Konzept für eine junge Stotterer-Selbsthilfe entwickelt und dem ganzen auch einen attraktiven und für Jugendliche und junge Erwachsene anschlussfähigen Namen gegeben: Flow – die junge Sprechgruppe des Bundesverbandes Stotterer-Selbsthilfe (BVSS). Erste ‚Pilotgruppen‘ wurden in Augsburg, Berlin, Frankfurt a. M. und Münster erfolgreich gegründet.

Ein zweites innovatives Beispiel, das ich mit Interesse wahrgenommen habe, ist das Selbsthilfeprojekt „hopes“ aus Leipzig (www.selbsthilfegruppe-hopes-leipzig.de). Ich habe es deshalb ausgewählt, weil wir Hochschulprofessoren mit Sorge die Zunahme der psychischen Belastungen der Studierenden beobachten. Das Studium ist inzwischen zeitlich und inhaltlich stark verdichtet und der Anspruch und die Anstrengungen der Selbstoptimierung in allen Lebensbereichen gelten auch für Studierende. An der Hochschule ist weder Zeit noch Raum, auf diese Entwicklungen in angemessener Art und Weise einzugehen. Zwar gibt es Vernetzungsstrukturen und in der Nähe liegenden Beratungsangebote, auf die wir als Dozentinnen und Dozenten im Einzelfall verweisen, aber dieser Weg ist für viele Studierende alles andere als ‚niedrigschwellig‘ und dementsprechend lang. Das Selbsthilfeangebot „hopes“ setzt

genau hier an und bietet den Studierenden an der Universität Leipzig ein Selbsthilfeforum auf dem Hintergrund eines soliden Konzeptes.

Die beiden in aller Kürze dargestellten Projekte stehen für eine ganze Reihe innovativer Ideen, die im Kern auf die unterschiedlichen Engagement- und Zeitformen, die jeweiligen Orte und Phasen im Lebenslauf junger Frauen und Männer eingehen. Einen informativen Überblick bietet hier das NAKOS Portal Junge Selbsthilfe.

3.2. Vielfalt entdecken und unterstützen

Eine Erkenntnis des Münchner Modellprojektes „Soziale Selbsthilfe und Soziale Arbeit“ lautet, dass das Selbsthilfeengagement zumindest im hier untersuchten städtischen Kontext weit über die klassische Selbsthilfegruppe, die sich auch als solche definiert, hinaus geht. Insbesondere auf der Ebene der Stadtteile und der Nachbarschaften finden sich viele Gruppen und Initiativen, die der gemeinschaftlichen Selbsthilfe zugerechnet werden können. Darunter sind viele Bürgerinnen und Bürger mit Migrationserfahrung und es sind in der Regel die Frauen, die dieses Engagement mit anderen starten und aufrechterhalten. Ausgangspunkt für dieses Selbsthilfeengagement ist häufig die Phase der Familiengründung. Insbesondere wenn die Kinder noch klein sind, ist die unmittelbare Nachbarschaft, der Stadtteil, von besonderer Bedeutung für Eltern und deren Kinder. Orte der Begegnung und der Netzwerkbildung wie etwa Gemeindezentren, Familien- und Mütterzentren oder Mehrgenerationenhäuser sind bei Eltern aller Milieus sehr beliebt, denn sie bieten ein anerkanntes und bewertungsfreies Dach für selbstorganisierte Initiativen, Projekte und Gruppen. Auch ältere Bürgerinnen und Bürger sind mit dem Ausscheiden aus dem aktiven Erwerbsleben und aufgrund häufiger körperlicher Mobilitätseinschränkungen in besonderer Weise auf den unmittelbaren sozialen Nahraum angewiesen. Dementsprechend engagieren sie sich beispielsweise in Altenservicezentren und Kirchengemeinden. Einrichtungen wie Familienzentren und Angebote für Senioren werden zwar von hauptamtlichen Fachkräften geleitet, bieten aber viel Raum und Gelegenheit für Selbsthilfe. Zur Beförderung von Selbsthilfe ist eine stärker dezentral ausgerichtete Zugangsweise der Selbsthilfekontaktstellen – vielleicht nicht nur in München – empfehlenswert. Die Fachkräfte der sozialen Arbeit und angrenzender Professionen vor Ort wissen oft zu wenig über Selbsthilfe, deren Dynamik und Wirkung. Sie sind primär auf ihre eigene sozialpädagogische Expertise ausgerichtet. Selbsthilfebeförderung ist allenfalls am Rande im Blick und es bedarf zusätzlicher methodischer Kenntnisse und einer spezifischen Haltung. Dementsprechend hilfreich wäre hier eine Zusammenarbeit der Selbsthilfekontaktstellen mit vielfältigsten Einrichtungen, damit hier Eigenaktivität stärker gefördert und zugelassen wird. Gruppen wie Initiativen können so angemessen beraten und unterstützt werden, im Sinne der Stärkung von Selbsthilfe. Solche Vernetzungs- und Kooperationsstrukturen mit Einrichtungen der sozialen Arbeit sind jedoch kein Selbstläufer, sondern benötigen zeitliche und personelle Ressourcen auf beiden Seiten. Anschlussfähig für solche Kooperationen sind Einrichtungen, die Selbsthilfeengagement aus einer professionellen

Zielsetzung heraus stärker fördern wollen, als auch Selbsthilfe-Aktivitäten von Bürgerinnen und Bürger ohne Koppelung an das professionelle System sozialer Arbeit.

Der Ausbau verstärkt aufsuchender Strukturen in der Selbsthilfeförderung könnte vor allem jene Selbsthilfe-Aktivitäten stützen, die stärker in den Stadtteilen oder im ländlichen Raum angesiedelt sind, um die Potenziale besser aktivieren zu können, die dort brachliegen. Dies ist eine Frage der jeweiligen Selbsthilfeunterstützungskonzeption aber auch der finanziellen und personellen Kapazitäten. Von großer Bedeutung sind darüber hinaus Anschlussmöglichkeiten an Selbsthilfe, die in Distanz zum eigenen Wohngebiet und der unmittelbaren Nachbarschaft liegen. Die größere Anonymität ist dann wichtig, wenn spezifische Problemlagen zum Anlass für Selbsthilfeengagement werden wie beispielsweise Schulden, Sucht, Erwerbslosigkeit oder bei Problemen mit Sexualität und im Beruf. Umgekehrt gilt: je näher das Selbsthilfe-Engagement in der Wohnumgebung angesiedelt ist, desto weniger steht ein spezifischer Problembezug im Vordergrund. Unverfängliche Anlässe, Themen und Treffpunkte werden bevorzugt, es geht den Beteiligten darum, gemeinsam etwas Erfreuliches und Sinnvolles zu tun. Selbsthilfe ereignet sich nebenbei und über den sozialen Zusammenhang. Dazu passt, dass vor allem in den geschilderten nachbarschaftlich organisierten Zusammenhängen der Begriff Selbsthilfe nicht explizit verwendet wird, obwohl Selbstorganisation in verschiedenen Formen (Gruppen, Projekte, Initiativen) praktiziert wird. Zum einen – so unsere Interviewpartner im Münchner Modellprojekt – wird der Selbsthilfebegriff außerhalb der überschaubar großen Szene der Selbsthilfegruppen und der Selbsthilfeförderung oft als nicht mehr zeitgemäß angesehen. Es geht den Engagierten heute stärker um die Darstellung einer Handlungs- und Lösungsorientierung, die bereits im Titel mitschwingen soll. Zum anderen befürchten viele die Stigmatisierungseffekte, die mit dem Begriff Selbsthilfe einhergehen könnten, denn er löst vielfach Assoziationen der Hilfebedürftigkeit und Betroffenheit aus. In der Konsequenz spricht einiges dafür, in der Selbsthilfeunterstützung eine Pluralität der Begriffe zuzulassen, um die Breite der Selbsthilfe-Aktivitäten und die unterschiedlichen Zugänge zu würdigen. Das Kernmerkmal der direkten oder indirekten Betroffenheit wäre durch eine Begriffserweiterung (z. B. selbstorganisierte Initiativen, selbstorganisierte Unterstützungsnetzwerke, sorgende Netze) nicht gefährdet und stellt weiterhin ein robustes Abgrenzungskennzeichen zu anderen Formen des bürgerschaftlichen Engagements dar (vgl. hierzu Hill u. a., S. 148 ff.).

3.2. Die Lampe des Wissens in der Selbsthilfeunterstützung weitergeben

Veränderte Lebensläufe und Bewältigungsanforderungen sind nicht nur für den Generationenwechsel in Selbsthilfegruppen und Initiativen von Bedeutung. Derzeit stehen viele Expertinnen und Experten der Selbsthilfeunterstützung vor dem Übergang in den Ruhestand. Ein aktiv gestalteter Generationenwechsel in den Kontaktstellen, in anderen Einrichtungen und Institutionen der Selbsthilfeförderung bietet viele Chancen. Nachhaltige und stabile Vernet-

zungsstrukturen in der Selbsthilfe brauchen beispielsweise personelle Kompetenz und Kontinuität. Die Qualität des Generationenwechsels hat Auswirkungen auf die Präsenz von Selbsthilfe im öffentlichen Diskurs und fließt in zukünftige sozial- und gesundheitspolitische Konzeptionen ein. Dabei geht es um die Sicherung der Theorie-Praxisbezüge, aber auch um die gemeinsame Aufarbeitung und Reflexion der historischen und gesellschaftspolitischen Zusammenhänge. Durch eine gelingende, d. h. nicht bevormundende „Weitergabe“ an die nachfolgende Generation von Fachkräften in der Selbsthilfeunterstützung kann die Vielfalt der Ansätze der Selbsthilfeförderung bewahrt und weiter entwickelt werden. Eine Funktion kommt hierbei den Hochschulen zu, denn dort werden neue Generationen von Fachkräften der sozialen Arbeit ausgebildet. Nur wenige werden zukünftig im Berufsfeld der Selbsthilfeunterstützung tätig sein. Solide Kenntnisse zur Selbsthilfe und ihren Wirkungen sind für angehende Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen jedoch in allen professionellen Handlungsfeldern der sozialen Arbeit von Bedeutung. Bis zum Ende der 90er Jahre war das Thema Selbsthilfe durchaus ein Lehrinhalt an vielen Fakultäten der sozialen Arbeit. Mit Einzug der Bachelor- und Masterstudiengänge und einer zunehmenden Professionalisierung und Spezialisierung verlor sich diese Spur in der Lehre. Auch die Publikationen und Forschungsergebnisse zum Handlungsfeld der Selbsthilfe und Selbstorganisation wurden weniger. Unter der neuen programmatischen Überschrift Ehrenamt und bürgerschaftliches Engagement wurde Selbsthilfe und Selbstorganisation allenfalls miterwähnt aber nicht spezifisch beachtet und aufgegriffen. An der Hochschule München, Fakultät für angewandte Sozialwissenschaften, startete deshalb 2011 ein besonders Lehrprojekt, von dem ich kurz berichten möchte.

Das Seminar „Soziale Selbsthilfe und professionelle Soziale Arbeit“ hatte zum Ziel, die Geschichte, Theoriebausteine und das Methodenrepertoire der Selbsthilfe auszuloten und den Studierenden Praxismodelle der Integration von Profi-Angeboten und selbstorganisierten Selbsthilfegruppen oder Initiativen zu vermitteln. Um das Wissen der Expertinnen und Experten aus der Selbsthilfe an die nachwachsende Generation der Profession weiterzugeben und die Studierenden neugierig zu machen, luden wir dazu ‚Urgesteine‘ (die Beteiligten verzeihen mir sicher diesen Begriff) der Münchner Selbsthilfelandtschaft in das Seminar ein. Die Studierenden entwickelten vorab einen Fragenkatalog und in kleinen Gruppen interviewten die Studierenden die Frauen und Männer, die der Gründergeneration der Selbsthilfebewegung in München angehörten, und die in kurzer Zeit aus dem aktiven Erwerbsleben ausscheiden werden oder diesen Eintritt in den Ruhestand inzwischen schon vollzogen haben. Unsere Absicht war, einen Austausch zwischen den Generationen auf den Weg zu bringen. Zentrale Erfahrungen, historische Entwicklungen wurden dabei von den Expertinnen und Experten der Selbsthilfeförderung selbst angesprochen und vermittelt. Die Studierenden hörten mit großer Neugier zu und fragten interessiert nach. In einem zweiten Schritt besuchten jeweils zwei Studierende eine solche Expertin oder einen Experten an seiner

Arbeitsstelle. Anschließend verfassten die Studierenden kurze ‚Geschichten‘ zur jeweiligen Person und deren Wirken in Bezug auf Selbsthilfe und Selbstorganisation. Die zu Papier gebrachten Geschichten wurden zum Abschluss des Seminars im Plenum vorgelesen, in Anwesenheit der beteiligten Expertinnen und Experten der Selbsthilfe. Insgesamt änderte sich der Blick der Studierenden auf den Bereich der Selbsthilfe ganz wesentlich und zum Positiven. In besonderer Erinnerung ist mir folgende Szene geblieben: eine Studierende fragte hartnäckig nach, mit welchen Erfolgsvorstellungen die Gründerin eines internationalen Mütterzentrums damals in den 70er Jahren gemeinsam mit anderen Frauen die Idee des selbstorganisierten Mütterzentrums in den ersten vier Jahren in ihrem eigenen Wohnzimmer verwirklicht hatte. In Zeiten der hohen Professionalisierung, des strategischen Managements und der ausgetüftelten Zielorientiertheit in der sozialen Arbeit ist diese Frage eine ganz gewöhnliche. Die Studierenden waren verblüfft und gleichzeitig bewegt von der Antwort der über diese Frage ihrerseits erstaunten Expertin: „Wir haben uns keine Gedanken gemacht über Erfolg, wir haben einfach gemacht, eins kam aufs andere, der Erfolg stellte sich von selbst ein...“.

Die Übergänge des Generationenwechsels sorgfältig und kreativ zu gestalten, kann in Selbsthilfegruppen, innerhalb der Einrichtungen der Selbsthilfeunterstützung und an der Schnittstelle Selbsthilfe und professionelle Hilfeangebote gut funktionieren. Es hilft denjenigen, die sich verabschieden, in Anerkennung und Würde zu gehen. Ilse Rapp hat im DAG SHG Selbsthilfegruppenjahrbuch 2004 unter dem Titel „Alte gehen – Neue kommen“ die Herausforderung des Loslassens für die Gründergeneration anschaulich beschrieben. Den Neuen hilft ein aktiv gestalteter Generationenwechsel, sich der Geschichte der Selbsthilfe und den erkämpften wie wechselnden Rahmenbedingungen der Selbsthilfe bewusst zu werden. Wissensbausteine und Haltungen in Bezug auf die Selbsthilfe können so primär mit Achtsamkeit und Verständnis statt überwiegend mit Widerstand aufgenommen, überlegt und weiterentwickelt werden.

Literatur

- Ehrenberg, Alain (2008): Das erschöpfte Selbst – Depression und Gesellschaft in der Gegenwart. Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft. Frankfurt am Main
- Engelhardt, Hans Dietrich (2011): Leitbild Menschenwürde. Wie Selbsthilfeinitiativen den Gesundheits- und Sozialbereich demokratisieren. Campus Verlag, Frankfurt M. / New York
- Franzen, Günter (2003): Ich bin doch nicht blöd! Über den Wandel des Sozialcharakters und die Zukunft der Selbsthilfe. In: DAG SHG Selbsthilfegruppenjahrbuch 2003. S. 179-184
- Geißler, Rainer (2012): Die meritokratische Illusion – oder warum Reformen beim Bildungssystem ansetzen müssen. In: Haller, Michael/Niggeschmidt, Martin (Hrsg.): Der Mythos vom Niedergang der Intelligenz. Von Galton zu Sarrazin: Denkmuster und Denkfehler der Eugenik. Springer VS, Wiesbaden
- Gille, Martina (2012): Jugend heute: im Zwiespalt. In: DJI Impulse 1/2012. S. 19-21
- Hill, Burkhardt; Kreling, Eva; Höningsschmidt, Cornelia; Zink, Gabriela; Eisenstecken, Erich; Grothe-Bortlik, Klaus (Hrsg.) (2012): Selbsthilfe und Soziale Arbeit. Das Feld neu vermessen. Beltz Juventa, Weinheim und Basel
- Keupp, Heiner (2012): Das Ich braucht das Wir: Zur Selbstsorge befähigen. In: DAG SHG Selbsthilfegruppenjahrbuch 2012, S. 169-188

- Kofahl, Christoph (2009): „Das Internet kann nicht mithalten“. In: G+G, das AOK-Forum für Politik, Praxis und Wissenschaft. Spezial 12/2009. Themenheft Generationenwechsel. S. 7
- Kreling, Eva (2012): Ergebnisse des Modell-Projektes „Soziale Selbsthilfe – Soziale Arbeit und Selbsthilfe“. In: DAG SHG Selbsthilfegruppenjahrbuch 2012, S. 120-125
- Lüders, Christian (2012): Banden, Cliques, Peers. In: DJI Impulse 1/2012. S. 16-18
- Rapp, Ilse (2004): Alte gehen, Neue kommen – Zum Generationenwechsel in Selbsthilfegruppen und in der Selbsthilfeunterstützung. In: DAG SHG Selbsthilfegruppenjahrbuch 2004, S. 76-81
- Reiðig, Birgit (2012): Hürdenlauf zum Job. In: DJI Impulse 3/2012. S. 26-28
- Schirmmayer, Frank (2013): EGO - Das Spiel des Lebens. Karl-Blessing-Verlag, München
- Schulz-Nieswandt, Frank (2009): Ohne Spaß nix los! In: G+G, das AOK-Forum für Politik, Praxis und Wissenschaft. Spezial 12/2009. Themenheft Generationenwechsel. S. 4-6
- Thiel, Wolfgang (2012): Handlungsfelder und Entwicklungsprozesse gemeinschaftlicher Selbsthilfe: Risiken erkennen und meistern. In: DAG SHG Selbsthilfegruppenjahrbuch 2012, S. 85-94
- Thiel, Wolfgang (2004): Über Selbsthilfe-Konsum und die Schwierigkeiten von Selbsthilfegruppen, aktive Mitstreiter zu gewinnen. In: DAG SHG Selbsthilfegruppenjahrbuch 2004, S. 82-90
- Weymann, Ansgar (2008): Lebensphase Erwachsenenalter. In: Abels, Heinz; Honig, Michael-Sebastian; Saake, Irmhild; Weymann, Ansgar (Hrsg.): Lebensphasen. Eine Einführung. Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden S. 158-234
- Zimmer, Annette (2012): Vereine: Auslaufmodell oder Treffpunkt der Generationen? In: DJI Impulse 1/2012, S. 38-40

Prof. Dr. Gabriela Zink ist Professorin an der Hochschule München, Fakultät für Angewandte Sozialwissenschaften. Der Beitrag beruht auf ihrem Vortrag „Selbsthilfekulturen und -generationen Kann gemeinschaftliche Selbsthilfe Unterschiede in Alter, Status, sozialer Lage, Kultur und Herkunft überwinden?“ auf der bundesweiten Fachtagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. 2012 in Goslar

selbsthilfegruppenjahrbuch 2013

Herausgeber:

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
Friedrichstr. 28, 35392 Gießen
www.dag-selbsthilfegruppen.de

Redaktion:

Dörte von Kittlitz, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen,
Gartenstr. 18, 30161 Hannover, Tel.: 0511/391928
Jürgen Matzat, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen,
Friedrichstr. 33, 35392 Gießen, Tel.: 0641 / 985 45612
Wolfgang Thiel, Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur
Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS),
Otto-Suhr-Allee 115, 10585 Berlin, Tel.: 030/31018960

Umschlag:

Lutz Köbele-Lipp, Entwurf und Gestaltung, Berlin

Satz und Layout:

Kramer Werbung, Gießen

Druck:

Majuskel, Wetzlar
ISSN 1616-0665

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‹ wurden gefördert vom Bundesministerium für Gesundheit und von folgenden Krankenkassen:

BARMER GEK,
DAK – Gesundheit,
HEK – Hanseatische Krankenkasse,
Techniker Krankenkasse.

Wir bedanken uns bei allen Förderern ganz herzlich!

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

*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).*