

# **selbsthilfegruppenjahrbuch**

# **2003**

**Deutsche Arbeitsgemeinschaft  
Selbsthilfegruppen**

## **selbsthilfegruppenjahrbuch 2003**

### *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, 41236 Mönchengladbach, Tel.: 02166/248567

Jürgen Matzat, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen der DAG SHG e.V.,

Friedrichstr. 33, 35392 Gießen, Tel.: 0641/99-45612

Wolfgang Thiel, Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung  
und Unterstützung von Selbsthilfegruppen der DAG SHG e.V. (NAKOS),

Wilmsdorfer Straße 39, 10627 Berlin, Tel.: 030/31018960

### *Umschlag:*

Lutz Köbele-Lipp, Kubik, Berlin

### *Satz und Layout:*

Focus Verlag GmbH, Gießen

### *Druck:*

Druckkollektiv, Gießen

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«  
wurde gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und  
Jugend, von der »GlücksSpirale« und von folgenden Krankenkassen:

Deutsche Angestellten Krankenkasse – DAK, BARMER Ersatzkasse,

Gmünder Ersatzkasse – GEK, Kaufmännische Krankenkasse – KKH,

Hamburg-Münchner Krankenkasse, Hanseatische Krankenkasse – HEK,

Krankenkasse für Bau- und Holzberufe – HZK, BRÜHLER – Die Ersatzkasse,

Buchdrucker-Krankenkasse, KEH-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).*

## **Geschlechterverhältnisse in der Selbsthilfe.**

### **Einblicke in ein aktuelles Praxisforschungsprojekt**

Angeregt wurde das seit September 2002 laufende Forschungsprojekt durch eine Mitarbeiterin einer Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen.<sup>1</sup> Das Projekt wird in Kooperation zwischen der DAG SHG e.V., der Evangelischen Fachhochschule Darmstadt und dem Tübinger Institut für frauenpolitische Sozialforschung e.V. durchgeführt. Finanziert wird die Untersuchung vom Hessischen Ministerium für Wissenschaft und Kunst mit einer geplanten Laufzeit bis Februar 2004.

### **Zum Forschungsstand**

In den letzten Jahrzehnten haben sich Selbsthilfeaktivitäten thematisch differenziert und quantitativ immens ausgedehnt. Dies war verbunden mit einer qualitativen Weiterentwicklung von Selbsthilfe und Selbsthilfebegleitung, letzteres u.a. durch Selbsthilfekontaktstellen. Ein Potential für eine weitere qualitative Entwicklung sehen wir in einer geschlechterbewußten Perspektive (Gender-Perspektive) in der Selbsthilfe und Selbsthilfebegleitung. Hier können wir an Entwicklungen anschließen, die sich derzeit im Rahmen professioneller und nicht-professioneller Sozialer Arbeit, sowie im Bereich der Gesundheitsforschung – exemplarisch als ein thematischer Bereich von Selbsthilfe - vollziehen.<sup>2</sup> In der professionellen Sozialen Arbeit hat sich in den letzten Jahren ein geschlechterbewußter Blick als fachlicher Standard durchgesetzt. Vor allem in der Arbeit mit Frauen und Mädchen wurden durch Kooperationen zwischen Forschung und Praxis vielfältige Ansätze entwickelt, die der Bedeutung dieses Blickwinkels in unterschiedlichen Arbeitsfeldern Rechnung tragen. Auch im »nicht-professionellen« Hilfebereich wird ehrenamtliches bzw. bürgerschaftliches Engagement seit längerem geschlechterdifferenzierend untersucht. Dagegen wird der Selbsthilfebereich - als ein Bereich von freiwilligem Engagement – bisher noch wenig unter diesem Blickwinkel thematisiert;<sup>3</sup> d. h. der Bereich, in dem Frauen nicht primär anderen helfen, sondern in denen sie auch für sich selbst sorgen, war bisher kaum Gegenstand von Forschung. Während also eine geschlechterbewußte Thematisierung aus Frauenperspektive in vielen Bereichen Sozialer Arbeit Eingang gefunden hat, wurden Männer bisher – als Hilfegebende und Hilfenehmende – kaum wahrgenommen, insbesondere nicht mit Blick auf ihre Geschlechtszugehörigkeit. Nachdem diese Lücke erkannt wurde, gibt es auch hier erste Ansätze in Forschung und Praxis zur Berücksichtigung von Männern und Jungen als Geschlechtswesen – z.B. in der Jungenarbeit, in der Männerbildung. In den ersten Zugängen scheint sich die Wahrnehmung auf den Mann als Problemfall zu konzentrieren – und weniger auf Ressourcen und Kompetenzen von Män-

nern, entsprechende Krisen im Lebenslauf (z.B. Erwerbslosigkeit, Armut, Obdachlosigkeit, Krankheit) zu bewältigen.

## **Selbsthilfe als Bestandteil von freiwilligem Engagement**

Verschiedene Untersuchungen belegen, daß Männer sich insgesamt stärker ehrenamtlich engagieren als Frauen (38% zu 30%). Wenn wir dies genauer nach Tätigkeitsbereichen betrachten ergibt sich folgendes Bild: Frauen sind stärker in Bereichen mit betreuenden, helfenden und versorgenden Aufgaben engagiert, das soziale Ehrenamt wird nach Notz (2001) zu 80 % von Frauen abgedeckt. Männer sind viel häufiger in Bereichen wie Politik und Sport engagiert. Weiter läßt sich die Tendenz beschreiben, daß Männer eher in Einrichtungen mit formalen Organisationsstrukturen engagiert sind, also klassischerweise der Verein, und hier auch mehr Funktionspositionen besetzen – während Frauen mehr offene Organisationsformen für ihr Engagement wählen – also Initiativen, selbstorganisierte Gruppen. Entsprechend sind Frauen in Selbsthilfegruppen stärker vertreten – es scheint von den Themen und den Organisationsformen her *IHR* Bereich zu sein: Schätzungen gehen davon aus, daß sich die Menschen, die sich in Selbsthilfegruppen engagieren zu ungefähr 75%-80% Frauen und 20%-25% Männer aufteilen. In dem insgesamt von Frauen dominierten SH-Bereich gibt es wiederum bestimmte Formen von Arbeitsteilung zwischen den Geschlechtern – z.B. die Frage der Außenvertretung oder der Leitung einer Gruppe: »Bei hohem formalen Organisationsgrad in der SH sind Frauen in den Positionen mit Verantwortlichkeit und Gestaltungsspielraum unterrepräsentiert.« (Otto 2002, S.3)

Es wird also rasch deutlich: die traditionellen Geschlechter-Zuschreibungen an Männer, an Frauen sind immer noch sehr wirkungsmächtig, die geschlechtshierarchische Arbeitsteilung zwischen den Geschlechtern in dieser Gesellschaft setzt sich im Ehrenamt und damit auch in der Selbsthilfe fort: Frauen sind eher für das menschliche Miteinander, Fürsorge etc. zuständig und sehen sich selbst als zuständig; Männer eher für den Bereich Organisation, Öffentlichkeit, Präsentation etc. Wir sprechen von *hierarchischer* Arbeitsteilung deshalb, weil es nicht nur eine formale Arbeitsteilung ist, sondern ja mit deutlichen Wertungen – also mit einer Hierarchie – verbunden ist.

Jedoch formuliert Barbara Stiegler eine These, die Anlaß zur Hoffnung gibt: »Das Feld bürgerschaftlichen Engagements ist andererseits nicht so verhärtet, daß nicht auch traditionelle Gender Normen überschreitende Aktivitäten und Positionierungen von Frauen und Männern bereits möglich wären, Strukturen gerade des sog. Neuen Ehrenamtes (zeitlich befristetes Projektengagement, Selbsthilfe) belegen, daß die Geschlechterdifferenz sehr viel geringer ausfällt. Diese Engagementformen können beispielhaft zeigen, wie geschlechtsspezifische Barrieren abgebaut werden können.« (Stiegler 2002, S. 9)

## Unsere Fragestellungen

Hier setzt unsere Forschung an. Wir möchten untersuchen, wie Frauen und Männer in der Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung mit Vorstellungen von Weiblichkeit und Männlichkeit, mit geschlechterbezogenen Zuschreibungen umgehen und welche Rolle dies in der SH spielt: Wo orientieren sich Frauen und Männer an einschränkenden Geschlechterzuschreibungen in der SH? Vor allem interessiert uns: Wo überschreiten sie diese? Es gibt Rollenerwartungen und Vorstellungen von Weiblichkeit und Männlichkeit, die unser menschliches Potential einschränken – bei Frauen und Männern. Z.B. die Erwartung an Frauen, v.a. für andere zu sorgen. Z.B. die Erwartung an Männer, Gefühle nicht zeigen zu dürfen. Unsere These hierzu lautet, daß im Rahmen der Selbsthilfe beide Geschlechter solche Begrenzungen verändern können. D.h. z.B. als Frau, die »typische Rolle«, vor allem anderen zu helfen zu überschreiten und sich auch selbst zu helfen; d.h. als Mann, nicht wie es typische Männlichkeitsbilder verlangen, Probleme im körperlich-psychisch-seelischen Bereich zu verleugnen oder sie an Frauen zu delegieren, sondern hier selbst Verantwortung zu übernehmen und sich mit dem Problem in einer SH-Gruppe auseinander zu setzen.

Da zum Forschungsthema noch wenig Erkenntnisse vorliegen, zielt unsere Untersuchung auf ein Aufschließen des Themas: In welchen Dimensionen von Selbsthilfe spielt die Geschlechtszugehörigkeit bzw. geschlechterbezogene Vorstellungen und Zuschreibungen eine Rolle und welche? Um den Facettenreichtum des Themas anzudeuten, weisen wir im Folgenden ganz unsystematisch auf einige Aspekte der Gender-Perspektive in ausgewählten Bereichen von Selbsthilfe hin.

## Anlässe, Zugänge und Gruppenprozesse in der Selbsthilfe

Da sind zunächst Anlässe zu nennen, die mit dem Geschlechterthema auf körperlicher Ebene direkt zusammenhängen: also SH-Gruppen von Frauen zum Thema Brustkrebsnachsorge oder SH-Gruppen für Männer zum Thema Prostatakrebs. Weiter sind Anlässe zu nennen, wo u. E. Geschlechtszugehörigkeit eine große Rolle spielt: hier ordnen wir das Thema »Sexueller Missbrauch« ein. Es können jedoch auch Anlässe genannt werden, die zunächst keinen Zusammenhang zum Geschlecht vermuten lassen. Beispielsweise wird im Kontext mit Rheuma in der Saarländischen Selbsthilfezeitung thematisiert: »Die Ursachen kennt man immer noch nicht, psychische Krankheitsauslöser können beteiligt sein, vielleicht liegt es an ihnen, dass doppelt so viele Frauen an rheumatischen Erkrankungen leiden wie Männer: an der fatalen Neigung gerade von Frauen, sich zu überfordern, sich aber dennoch nichts zuzutrauen, allzu schnell Schuldgefühle zu entwickeln, die eigenen Bedürfnisse nicht gelten zu lassen.« (Einblick 2002, S. 6)

## Zugänge zur Selbsthilfe

Viele Erfahrungen und Krisen können für beide Geschlechter Anlaß für SH sein, z.B. die Behinderung eines Kindes für Eltern, also für Mütter und Väter. Ob dieser Anlaß auch zu einem Weg in die Selbsthilfe wird, hängt von vielen Faktoren ab, u.a. davon, wie Männer und Frauen mit Krisen umgehen. Elternselbsthilfegruppen sind oft überwiegend Frauengruppen, obwohl der Anlaß ja für beide Elternteile gegeben wäre. In der oben erwähnten Selbsthilfzeitung lautet ein Artikel: »Legastheniker-Elterngruppen sind offenbar reine Müttersache« (Einblick S. 9). »Dann und wann« schreibt die Autorin weiter »sehr selten, taucht dann auch ein Vater auf, will Informationsmaterial, das er, wie er sagt, seiner Frau geben wird... und ward nicht mehr gesehen.« (ebda.)

Gründe könnten sein, daß Frauen meistens hauptverantwortlich die Erziehungsarbeit übernehmen; jedoch auch, daß sie eher als Väter den Austausch in Selbsthilfegruppen als Unterstützung für sich wahrnehmen. Hier spielt die Geschlechterperspektive also in mehrfacher Weise eine Rolle: durch eine geschlechtsspezifische Arbeitsteilung und eine geschlechterbezogen tendenziell unterschiedliche Umgangsweise mit Krisen. »Ein behindertes Kind zu haben, macht Vätern oft größere Probleme ... « überschreibt ein Mann seinen Beitrag über eine Gruppe von Eltern neurologisch kranker und behinderter Kinder. Und er berichtet weiter: »Ich selbst wollte am Anfang auch nicht so recht wahrhaben, daß unser Sohn eine Behinderung hat. Ich glaube, daß aus diesem Grund auch sehr viele Beziehungen scheitern.« (Einblick, S. 10)

## Gruppenprozesse

Unsere Untersuchung will Gruppenprozesse in gemischten Gruppen, in Frauen- und in Männergruppen thematisieren. In gemischten Gruppen kann z.B. eine geschlechtsspezifische Arbeitsteilung bezogen auf das Thema sichtbar werden: ein und dasselbe Thema wird von Männern anders als von Frauen verhandelt. Thematisiert wurde dies am Beispiel einer Selbsthilfegruppe von Menschen mit Hörbeeinträchtigungen im Rahmen eines Gesprächskreises bei einem Selbsthilfetag. Während der Mann in der Gruppe die Einschätzung hatte, daß das Geschlecht keine Rolle in der Gruppe spiele, formulierten zwei Frauen folgende Wahrnehmung: Die männlichen Gruppenteilnehmer verhandelten eher technische Aspekte des Themas (z.B. Funktionsweise neuer Hörgeräte), während die weiblichen Gruppenteilnehmerinnen sich mehr den sozialen und psychischen Auswirkungen der Hörbeeinträchtigung zuwandten (vgl. Tübinger Selbsthilfetag 2000). Solche Wahrnehmungen in einer Selbsthilfegruppe mitzuteilen und zu diskutieren, kann interessante Perspektiven hinsichtlich der Wahrnehmung von Bewältigungsmustern eröffnen.

Auch Konflikte in Selbsthilfegruppen könnten im Hinblick auf die Geschlechterthematik verhandelt werden: Inwiefern haben diese u.a. auch mit unterschiedlichen Kommunikationsmustern von Frauen und Männern oder mit lebensgeschichtlichen Kränkungerfahrungen durch das jeweils andere Geschlecht zu tun.

Birgit Moos-Hofius (1996) benennt es als typisch weibliches Risikoverhalten, lebenslang in versorgenden Aktivitäten zu verharren. Dies könne auch in Selbsthilfegruppen stattfinden, die Entscheidung zur Selbsthilfe sei also noch keine Garantie, dieses einseitige und einschränkende Muster zu verändern. So könne es passieren, dass Frauen in Gruppen sich v.a. um andere kümmern und sich dadurch auch für eine bestimmte Zeit stabilisieren. Auf solche Aspekte im Gruppengeschehen hinzuweisen, sieht Moos-Hofius deshalb als eine wichtige Aufgabe der Beratung vor dem Eintritt in eine SH-Gruppe, damit Frauen ihre Fähigkeiten auch für ihre eigenen Veränderungen einsetzen und so eine gute Balance von Nehmen und Geben finden. Mit diesem letzten Satz ist ein Hinweis auf eine weitere Dimension von Selbsthilfe, nämlich deren fachliche Unterstützung genannt. Er verdeutlicht, wie hier die Gender-Dimension eine Rolle spielen kann.

Petra Otto weist auf eine Untersuchung an Krebspatientinnen und -patienten hin, in der festgestellt wurde, daß Männer weniger gut von gemischt geschlechtlichen Gruppennachsorgeangeboten profitieren als Frauen: In der Gruppenarbeit werden Fähigkeiten verlangt wie Aufdecken eigener Schwächen, Mitteilen eigener Erfahrungen und offene Suche nach Rat und Hilfe (Otto 2002, S. 4).

Viele Frauen entscheiden sich u.a. aufgrund von Gruppenprozessen für eine Selbsthilfegruppe mit Frauen. Zu den verschiedensten Anlässen gibt es Frauengruppen. Exemplarisch möchten wir auf den großen Bereich von Selbsthilfegruppen von Frauen mit Behinderungen hingewiesen: »Mit uns ist zu rechnen – doch wir brauchen noch einen langen Atem!« unter diesem Titel stellen Frauen mit Behinderungen Selbsthilfeinitiativen, Projekte und Angebote von Frauen mit Behinderung vor (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend 1995).

Ein Teilnehmer einer Männergruppe überschreibt einen Artikel über diese Gruppe folgendermaßen: »Gemischte Gefühle – die gibt's bei uns gratis! Wenn Mann will!« (Einblick 2002, S. 7). Als wichtigste Aktivität der Gruppe benennt der Autor, »selber dafür zu sorgen, daß es uns gut geht«. Selber - d.h. »es ist unsere Sache, das auf die Reihe zu kriegen. Und damit wir auf diesem unbekanntem Terrain nicht allein stehen und eingehen wie die Primeln, versuchen wir das gemeinsam. (...) Zwar haben erfahrungsgemäß Männer mehr Schwierigkeiten als Frauen, offen mit ihren Gefühlen umzugehen, aber das ist kein unausweichliches Schicksal, dem Mann nicht entrinnen kann. Es gibt keine Gefühlsmonopole!« (ebda.)

## **Zur Vorgehensweise in der Untersuchung**

Unseren Ansatz verstehen wir als Forschung zur Praxisentwicklung. Diesem Ansatz liegt folgende Annahme zugrunde: Im Selbsthilfehandeln und in der professionellen Unterstützung werden Aspekte der Gender-Perspektive bereits berücksichtigt; dies ist jedoch bisher kaum Bestandteil eines »offiziellen« fachlichen Diskurses. Deshalb praktizieren wir ein Vorgehen im Forschungsprozeß, das vorhandenes geschlechterbezogenes Wissen, aber auch Lücken

sichtbar macht und auswertet. In unserer Untersuchung erheben wir über verschiedene methodische Zugänge Daten. Zunächst über eine Dokumentenanalyse, d.h. über die Analyse von Materialien der Selbsthilfebewegung und fachlicher Selbsthilfeunterstützung. Als weitere Schritte sind Einzel- und Gruppeninterviews mit Frauen und Männern aus Selbsthilfegruppen und fachlicher Selbsthilfeunterstützung vorgesehen. Auf der Basis dieser gewonnenen Daten sollen abschließend in Kooperation mit Schlüsselpersonen aus der Selbsthilfeunterstützung und -bewegung Hinweise für eine geschlechterbewusste Perspektive in der fachlichen Selbsthilfeunterstützung und Selbsthilfegruppenarbeit entwickelt werden. Dies geschieht mit dem Ziel, mehr Geschlechtergerechtigkeit und mehr Menschlichkeit für beide Geschlechter zu ermöglichen.

### **Anmerkungen**

- 1 Auf der Grundlage ihrer Erfahrungen als langjährige Mitarbeiterin der KISS Stuttgart formulierte Eva Kriwy-Gottschalk Forschungsbedarf zum Thema und initiierte als Vorstandsfrau der DAG SHG e.V. die Antragsentwicklung.
- 2 Wir verzichten an dieser Stelle auf eine ausführliche Literaturliste.
- 3 Als eine Ausnahme ist hier Gisela Notz (2001) zu nennen.

### **Literatur**

- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: Mit uns ist zu rechnen – doch wir brauchen noch einen langen Atem! Selbsthilfeinitiativen, Projekte und Angebote von Frauen mit Behinderung, Berlin 1995
- Einblick. Die Saarländische Selbsthilfezeitung. Themenheft: Selbsthilfe: Frauensache? Männersache? Nr. 36, Jg 13 (2002)
- Moos-Hofius, Birgit: Frauen-Selbsthilfegruppen ein neuer Impuls für Gesundheitsförderung? In: selbsthilfegruppen nachrichten (1996), S. 50-53
- Notz, Gisela: Selbsthilfe von Frauen und Männern in der Zivilgesellschaft, In: NAKOS-EXTRA Nr. 31, (2001), S. 38-53
- Stiegler, Barbara: Arbeitskreis Bürgergesellschaft und Aktivierender Staat. Genderperspektive, 2002, unveröffentlichtes Manuskript
- Tübinger Selbsthilfetag 2000: Dokumentation, Tübingen 2000
- Otto, Petra: Selbsthilfe: Frauensache? Männersache?, In: Einblick. Die Saarländische Selbsthilfezeitung, Nr. 36, Jg 13 (2002), S. 1-4
- Schröder, Annette: Selbsthilfegruppen, nichts für Männer? In: selbsthilfegruppen nachrichten (1997), S. 33-36

Prof. Dr. Maria Knab ist Dipl.Päd. und arbeitet an der Evangelischen Fachhochschule Darmstadt und dem Tübinger Institut für frauenpolitische Sozialforschung (TIFS) e.V.

Dr. Heinz Bartjes ist Sozialwissenschaftler und Pädagoge.