Monika Klumpe und Ulrich Gödel

Im Fokus steht der Austausch

Wie kann das Wissen um das Selbstverständnis der Unterstützungsarbeit an neue Kolleginnen und Kollegen weitergegeben werden? Das fragen wir uns in Niedersachsen, wie auch in vielen anderen Bundesländern, in denen seit einigen Jahren ein Generationswechsel in den Selbsthilfekontaktstellen stattfindet. Neben einer Reihe weiterer Aktivitäten wollen wir dies durch ein Interview mit Monika Klumpe und Ulrich Gödel erreichen.
Monika Klumpe ist Leiterin der BeKoS Oldenburg[1], Ulrich (Uli) Gödel Leiter der Selbsthilfekontaktstelle im Gesundheitsamt Delmenhorst. Beide gehören zur Gründungsgeneration der Selbsthilfeunterstützung, sind seit mehr als 20 Jahren auch im Sprecherteam der niedersächsischen Landesarbeitsgemeinschaft aktiv und gehen dieses Jahr in den Ruhestand. Wir bedanken uns, dass sie in diesem Interview ihre Erinnerungen, ihr Wissen und ihre Haltung zur Selbsthilfeunterstützung mit uns teilen.

Arbeitsfeld Selbsthilfe

Wir fangen vielleicht am besten mit einer Rückschau an. Erzählt einfach etwas über den Beginn eurer Arbeit in den Kontaktstellen.
Monika: Ich bin im Grunde aus eigener Betroffenheit an die Selbsthilfearbeit gekommen. Ich bin ja im ersten Beruf Krankenschwester. Wegen meiner Erkrankung und der Berufsunfähigkeitsrente musste ich mich beruflich neu orientieren. Ich habe mich dann für ein Pädagogikstudium entschieden und gleichzeitig zusammen mit anderen Betroffenen die Rheuma-Liga in Oldenburg gegründet. BeKoS gab es da schon 1984 bis 1986 als Forschungsprojekt mit zwei Personalstellen an der Uni in Oldenburg. Das Thema war: Wie arbeiten Selbsthilfegruppen eigentlich und was für einen Unterstützungsbedarf haben sie? Und in dem Projekt habe ich 1985 ein Praktikum gemacht. Die Gruppen, die erforscht wurden, haben nach einem Jahr dann den Verein gegründet, in den ich auch eingetreten bin. In den ersten zwei Jahren war der noch in den Räumlichkeiten des Paritätischen untergebracht und die Leute haben mit ABM-Mitteln gearbeitet. Am Ende meines Studiums war bei BeKoS eine Stelle frei, die unter anderem aus kommunalen Mitteln bezahlt wurde und ich hab mich beworben und die Stelle gekriegt.
Uli: Bei mir war das komplett anders. Ich war 1990 gerade nach Delmenhorst gezogen. Die Stadt hat damals jemanden gesucht, der auf Honorarbasis den Behindertenbericht schreiben sollte und ich bekam den Vertrag. Und um die Meinung der Menschen mit Behinderung erfahren zu können, war es ja wichtig, erst mal an die ranzukommen. Das lief über jemanden aus dem Gesundheitsamt, der aus eigener Betroffenheit mit den Selbsthilfegruppen Kontakt hatte. In den Gesprächen mit den Betroffenen stellte sich ziemlich schnell her-

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG):
selbsthilfegruppenjahrbuch 2019. Gießen 2019

aus, dass das Thema Selbsthilfe für viele wichtig war. Die Leute wollten nicht, dass Politik einfach über ihre Köpfe hinweg entscheidet. Deshalb hatten sie Interesse an einem System zur Förderung der Selbsthilfe. Aus dem Grund habe ich mich in die Thematik (Bundesmodellprogramm zur Selbsthilfeförderung) eingearbeitet und in dem Behindertenbericht der Stadt auch empfohlen, eine Selbsthilfekontaktstelle und einen hauptamtlichen kommunalen Behindertenbeauftragten zu berufen. Das hat die Stadt schließlich getan. Ich konnte mich da bewerben und habe die Stelle zum 1.1.1993 am Gesundheitsamt angefangen. Die Kontaktstelle in Delmenhorst ist also sozusagen mein Baby.
Monika: Das zeigt ja ganz schön, wie vielfältig die Entstehung der Kontaktstellen war.
Uli: Was ich auch interessant finde, wenn wir über den Anfang der Selbsthilfe reden: Die Delmenhorster Selbsthilfegruppen wurden zuerst öffentlich gar nicht mit ihren eigentlichen Anliegen wahrgenommen, sondern mit ihrer Außendarstellung, nämlich ihren behindertenpolitischen Forderungen. Die Stadt fand, die Selbsthilfe könnte schon Unterstützung gebrauchen und kaufte das so genannte Schaarhaus und machte daraus 1989 ein Selbsthilfezentrum in Kombination mit einem Gesundheitstreff. Das wurde dem Gesundheitsamt zugeordnet. Und dann war es leichter, auch den zweiten Schritt zu machen und 1993 eine Stelle für den Bereich Selbsthilfeunterstützung auszuschreiben. Also die Stadt gab der Selbsthilfe ein Domizil – ohne das schon als Selbsthilfeförderung zu sehen und das, was wir heute unter Selbsthilfeförderung verstehen, war noch gar nicht passiert.
Monika: …und das Bewusstsein dafür war noch gar nicht so da. Die Städte haben das gemacht, aber noch gar nicht unter dem Titel Selbsthilfeförderung. Auch in Oldenburg war der Stadt daran gelegen, selber Räume für Selbsthilfegruppen zur Verfügung zu stellen. Dadurch hat die Selbsthilfe einen richtigen Ort erhalten, was eben Anerkennung und Wertschätzung durch die Stadt bedeutet.

Was hat sich aus eurer Sicht in den letzten Jahrzehnten im Arbeitsfeld Selbsthilfe geändert? Und auch in der Arbeit der Kontaktstellen?
Monika: Ganz am Anfang gab es einen großen Schritt von „Das brauchen wir nicht!“ zu „Selbsthilfe kriegt einen Ort“. Und gegenüber Fachleuten musste Verständnis dafür geschaffen werden, dass REDEN HILFT. Da ging es vor allem um Anerkennung: dass die Sinnhaftigkeit der Selbsthilfe öffentlich wurde, um strukturelle Veränderungen. Aber es geht natürlich auch immer darum, was Selbsthilfe tatsächlich ist.
Die Auseinandersetzung bleibt übrigens bis heute, dass Leute, die nicht so dicht an der Selbsthilfe sind, die Auffassung vertreten: man geht da hin und bekommt Hilfe. Da kommt immer wieder jemand und sagt: Mein Arzt hat gesagt, ich soll in eine Selbsthilfegruppe. Aber dass man sich einbringen muss, die starke Verwobenheit zwischen Hilfe nehmen und Hilfe geben, haben viele nicht präsent. Immer noch ist ein wichtiger Teil unserer Arbeit: deutlich zu machen, dass Selbsthilfe keine Fremdversorgung ist. Um die Selbsthilfehaltung muss nach wie vor gerungen werden.

Uli: Es geht auch immer wieder um das Bild der Selbsthilfe in der Öffentlichkeit. Ein Beispiel aus meiner Anfangszeit. Von den Selbsthilfegruppen wurde damals ganz klar der Wunsch nach mehr Unterstützung in der Außenorientierung geäußert. 1994 gründete sich ein Arbeitskreis aus 27 Selbsthilfegruppen in Delmenhorst. Dieser Arbeitskreis organisiert bis heute zum Beispiel Selbsthilfetage oder den „Tag der offenen Tür" im Schaarhaus – immer in Kooperation zwischen Kontaktstelle und Arbeitskreis und die Gruppen bestimmen. Ebenfalls 1994 wurde die Zeitung „Blitzlicht" ins Leben gerufen, die es noch bis heute gibt. Zweck war immer die eingeforderte Außendarstellung. Manchmal wird das belächelt, zum Beispiel, wenn Artikel da drin sind, wie eine AA-Gruppe eine alkoholfreie Kohlfahrt gestaltet. Aber für die Gruppen ist das wichtig. Mittlerweile liegt die Zeitung in jeder Arztpraxis und dann können Leute eben lesen: aha, Selbsthilfegruppen beschäftigen sich nicht nur immer mit dem Problem. Die sind eben kein Jammerkreis, sondern die unternehmen auch was! Das widerspricht ja auch dem Bild, das gerade von jüngeren oft skizziert wird.

In dem, was ihr bis jetzt erzählt habt, nimmt die Vernetzung der Gruppen einen breiten Raum ein. Wäre denn ein Selbsthilfezentrum das Ideal für die Unterstützung?

Uli: Aber immer verbunden mit der totalen Wertschätzung, die den Gruppen entgegengebracht werden muss. Sonst funktioniert das nicht. Die Unterstützung muss immer eine Servicementalität haben. Und wenn wir über kommunale Selbsthilfezentren reden, müssen wir unbedingt auch über UNABHÄNGIGKEIT reden. Die Selbsthilfegruppen in Delmenhorst stellten sich immer die Frage nach Abhängigkeiten oder Kontrolle von Seiten der Behörden, wenn sie die Räume vom Gesundheitsamt nehmen. Aber sie sind bis heute komplett unabhängig. Darauf müssen sich die Gruppen absolut verlassen können. Da muss man genau hingucken, wie solche Selbsthilfezentren konzipiert sind. Meiner Meinung nach ist genau das eine besondere Aufgabe der Unterstützung: auf die Unabhängigkeit der Gruppen achten!

Bei den Selbsthilfezentren gibt es aber noch einen anderen Aspekt. Ich glaube, in Orten mit Selbsthilfezentren hat die Selbsthilfe einen allgemeineren Stellenwert, der nicht einmal von den Selbsthilfegruppen ausgehen muss. Die Bevölkerung nimmt die Selbsthilfe anders wahr. Die Zentren sind eine Art Öffentlichkeitsarbeit. Und die Vernetzung der Gruppen untereinander ist leichter in einem Zentrum, einfach über die gemeinsamen Räume. Bei uns sind 60 bis 70 Prozent der Gruppen im Schaarhaus. Wenn ich was von den Gruppen will, mach ich einfach einen Aushang. Bei uns fördert das Zentrum auch das Kennen lernen unter den Gruppen.

Monika: Die vermissen sich richtig gegenseitig, wenn mal die andere Gruppe, die sie sonst immer treffen, nicht da ist. Bei uns sind nur 50 Prozent der Gruppen im Haus, aber das beobachten wir auch. Das Haus ist manchmal fast wie eine Selbsthilfegruppe. Es bietet begrenzte Öffentlichkeit. Bei uns sind auch die Gruppenregeln ausgehängt, denn die Gruppen kriegen häufig von den

„Nachbarn“ so einiges mit. Und das Wichtigste ist: Ich gebe nichts weiter, was ich gehört habe. Das ist eben eine ganz wichtige Basis.
Uli: In Delmenhorst werden durch das Schaarhaus auch Schwellen abgebaut. Wir nennen das ja Gesundheitstreff. Da gibt es neben der Geschäftsstelle der Rheuma-Liga und dem Arbeitskreis der Selbsthilfegruppen auch gesundheitsbezogene Angebote, zum Beispiel lange Zeit Kochkurse für Kinder mit Adipositas.
Monika: Ich finde, das wichtigste ist, für die Gruppen eine Struktur zu schaffen. Ob das in einem Haus oder an mehreren Orten ist. Die Selbsthilfegruppen müssen das kennen und die Struktur muss wertschätzend sein.
Uli: Das rechnet sich auch. Auch das Selbsthilfezentrum hat sich gelohnt. Wenn man Selbsthilfegruppen beheimatet, spart man im Endeffekt, denn woanders müssen die Miete zahlen und das Geld wird ja irgendwo beantragt und kostet dann die öffentliche Hand oder die Krankenkassen.

Unterscheiden sich die Betroffenen heute von den Betroffenen zu Beginn eurer Arbeit?
Uli: Ja, glaube ich schon. Die Leute sind weniger bereit, sich für ihre Ideen und Gedanken einzusetzen. Es werden eher Informationen bei den Gruppen abgeschöpft. Die Ü60er oder Ü70er sind da eher anders – also die Gründergeneration.
Monika: Ein Teil des Problems ist wahrscheinlich, wenn gefördert wird. Wenn die im Sozialsystem einen Platz kriegen, der auch noch mit Geld hinterlegt wird. Dann kommt es leicht so, dass die Leute denken: das muss mir auch was liefern, die kriegen ja Geld! Und weniger: ich muss auch was einbringen. Aber dass man etwas kriegt und etwas gibt, das ist nicht mehr so präsent… Aber war das früher wirklich anders? Eigentlich ist es doch immer noch so, dass sich die Betroffenen direkt austauschen wollen!
Und auch heute gibt es noch total engagierte Leute, die ganz viel bewirken. Für ein Beratungsprojekt hier vor Ort haben wir sofort Leute aus Selbsthilfegruppen gefunden, die mitmachen wollten. Oder: Eine Betroffene geht immer in neue Gruppen zu ihrem Thema und erzählt da von sich, weil sie das anstoßen und den anderen helfen will. Da sind wirklich viele, die auch anderen was geben wollen.
Uli: Aber heute ist es eben gesellschaftlich opportun immer auch an den eigenen Profit zu denken. Und Selbstlosigkeit als Ideal ist eben eher nicht mehr opportun. Da bin ich gespannt, ob und wie Selbsthilfe darauf reagieren wird.
Monika: Menschen, die in Selbsthilfegruppen gehen, sind ja keine anderen Menschen als der Rest der Bevölkerung. Und da müssen wir immer wieder die Betroffenen aufmerksam machen, wie wichtig das ist, dass sie sich einbringen.
Was sich aber verändert hat bei den Betroffenen: Heute haben Leute ja eine unglaubliche Informationsmöglichkeit durch das Internet. Und trotzdem kommen in die Kontaktstelle Leute, die sich wieder mit realen anderen Menschen austauschen wollen. Im Netz wäre man sich ja nicht ganz sicher, was da wirklich echt ist. Auch wenn sie in Chats sind, wollen die mit echten Menschen re-

den. Das Netz greift diesen Impuls oder Bedarf nicht auf. Tatsächlich ist der Wunsch immer noch da, sich mit echten Leuten in der Gruppe austauschen zu wollen.
Uli: Das halte ich auch für einen ganz wichtigen Punkt. Heute gibt es ja völlig neue Möglichkeiten der Informationsgewinnung. Aber die sind nicht unbedingt immer besser. Es fehlt der Aspekt der Expertenmeinung durch eigene Betroffenheit. Das kann gar nicht ersetzt werden. Wenn du mit anderen Betroffenen über dein Thema sprichst, kommen noch ganz andere Aspekte dazu, weil jeder mit dem Internet umgehen kann, aber unterschiedliche Gedankengänge entwickelt.

Welche Ideen und Impulse oder Strukturen waren für eure Arbeit in der Selbsthilfe wichtig?
Monika: Ich war ja selbst in einer Selbsthilfegruppe. Bei mir war es so, dass ich teilweise in meiner Wohngemeinschaft die Wasserhähne nicht aufbekam, weil die für mich zu fest zugedreht waren. Da war ich aber die einzige mit dem Problem, die anderen hatten das alle nicht und haben deshalb immer wieder vergessen, die Hähne nur locker zuzudrehen. Und da denkt man dann, man ist irgendwie nicht normal, alle anderen sind normal, aber ich nicht. Und in der Selbsthilfegruppe konnten das alle nicht, die kriegten alle fest zugedrehte Wasserhähne nicht auf. Das hat mich darin bestätigt: Jeder Mensch hat ein Recht darauf, Wasserhähne aufzukriegen; das ist nicht falsch, was ich denke. Auf der anderen Seite hat das in der Gruppe der Betroffenen dazu geführt, dass wir darüber nicht mehr jammern mussten. Wenn du in einer Gruppe mit sieben oder zehn Leuten das gleiche Problem hast, musst du darüber nicht mehr reden. Das was wir nicht können, verbindet uns ja. Daraus entwickelt sich Freiraum zu überlegen: Was können wir wirklich machen? In unserer Gruppe haben wir zum Beispiel zusammen auch Reisen gemacht. Wir haben geguckt: Wie können wir uns was Gutes tun und uns den Alltag leicht machen? Welche Möglichkeiten haben wir überhaupt? Das macht den Kopf frei, wenn du `ne Basis hast und über vieles nicht mehr reden musst. Das öffnet Raum für das Leben! Für mich war das ein wichtiger Impuls für das Verständnis darüber, was in Selbsthilfe passiert. Also die eigene Selbsthilfeerfahrung, die mein Bild von mir so stark geprägt hat.
Und fachlich: Ganz am Anfang – da gab es das Selbsthilfe-Büro in Niedersachsen noch gar nicht – da war NAKOS[2] total wichtig, auch wegen der persönlichen Beziehungen zu den Mitarbeitern, die auch mal hier in Oldenburg waren, zum Beispiel zum Selbsthilfetag. Und dann die Jahrestagungen, die von NAKOS organisiert werden. Da habe ich überhaupt erst mal Leute aus anderen Bundesländern kennen gelernt und von denen gehört, wie die arbeiten. Und dann für Niedersachsen bin ich ganz fest davon überzeugt, dass es ohne das Selbsthilfe-Büro hier nie so gut gelaufen wäre: fachlich und für die gesamte Entwicklung war das total bedeutend.
Uli: Für die Vernetzung unter den Fachkräften in Niedersachsen, also die Kontaktstellen, war das Büro super wichtig. Die Arbeitskreisbegleitung, der Auf-

bau der Strukturen, die Bündelung von Bedürfnissen der Selbsthilfekontaktstellen.
Monika: Ich habe ja die Einrichtung des Selbsthilfe-Büros mit vorangetrieben. Viele Bereiche gehören eben eher auf die Landesebene.
Uli: Das Selbsthilfe-Büro kann Themen und Projekte aufnehmen, die die einzelnen Kontaktstellen gar nicht mehr so bearbeiten können. Man braucht eben eine Einrichtung, die Sachen bündelt, für alle vorantreibt und die Vernetzung organisiert.
Unbedingt muss an diesem Punkt aber auch noch der niedersächsische Arbeitskreis der Selbsthilfekontaktstellen genannt werden. Die drei: NAKOS, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und der Arbeitskreis auf Landesebene, das war und ist total wichtig.
Mittlerweile kennen wir die Leute bei NAKOS eigentlich nicht mehr persönlich, aber die sind trotzdem die wichtigen Inputgeber auf Bundesebene. Die Infostände zum Beispiel auf den Selbsthilfetagen wären auch deutlich dünner bestückt, wenn wir die Materialien der NAKOS nicht hätten. Das sind ja fast die einzigen, die themenübergreifend überhaupt was rausbringen und das ist richtig wertvoll für die Öffentlichkeitsarbeit.
Monika: Und NAKOS ist einfach auch eine wichtige bundespolitische und für uns auch berufsständische Einrichtung. Das nutzt den Kontaktstellen. Da finde ich die wirklich total wichtig. Und die Kontaktstellen haben vor allem etwas von der Jahrestagung der DAG SHG und von den Materialien und Newslettern der NAKOS.
Uli: Das merkt man ganz deutlich, wenn man zum Beispiel im Arbeitskreis vergleicht, wer zur Jahrestagung fährt und wer nicht. Die, die das für sich nutzen, haben einfach eine bessere Rückkoppelung ihrer Arbeit.

Themen der Selbsthilfe

Welche Themen haben euch in eurer Arbeit begleitet oder welche waren in den letzten Jahrzehnten besonders präsent?
Uli: Mir fallen besonders einige Themen gerade aus den letzten Jahren ein. Junge Selbsthilfe: Das Thema ist teilweise schwierig. Hier vor Ort sind wir damit gerade nicht sehr erfolgreich, aber das ist natürlich trotzdem wichtig. Ähnliches gilt für ein zweites Thema, Migration und Selbsthilfe, da hakt es aber auch gerade. Eventuell ist das Thema nicht nachhaltig genug angelegt, was das Personal betrifft.
Monika: In Oldenburg treffen sich in Stadtteiltreffs oder anderen Einrichtungen viele Gruppen, zum Beispiel von Frauen aus anderen Kulturen – Kulturkreise, Musikgruppen oder andere. Wenn Leute dann wirklich gut in unserer Gesellschaft angekommen sind, dann trifft man die ganz oft in Selbsthilfegruppen.
Thematisch gab es ansonsten in der Vergangenheit immer mal Wellen. Eine Welle waren die sogenannten Norwood-Gruppen, was im Grunde die Tatsache bedeutete, dass Frauen sich sehr um die Probleme der Partner kümmern,

sich selbst aber vernachlässigten. Eine andere Welle waren Essstörungen, da hatten wir mal total viele Gruppen hier vor Ort. Das hat sich aber verändert, weil das Alter, in dem das Thema besonders dramatisch ausgeprägt ist, deutlich nach unten gegangen ist. Was immer noch ein großes Thema ist, sind die Suchtgruppen.
Uli: Ja, das ist immer noch ein wichtiges Thema mit vielen Betroffenen. Aber in Delmenhorst arbeiten wir sehr gut mit den Hilfe- und Beratungsstrukturen zusammen und dann hält sich das Thema eben auch in der Selbsthilfe.
Monika: …und dann auch natürlich Selbsthilfegruppen zum Thema chronische Erkrankungen. Und psychische Erkrankungen, das ist ein großes Thema der letzten fünf Jahre. Und es gibt immer mal kleinere Themen, zum Beispiel Asperger-Syndrom.
Uli: Wir als Kontaktstellen erfinden die Themen ja nicht, sondern wir reagieren nur und ich schiebe da auch wenig an.
Monika: Ich auch nicht. Ich finde, eine Gruppe braucht eine bestimmte Energie aus sich selbst heraus, sonst läuft das nicht. Allerdings mit Ausnahmen: zum Beispiel das Thema Angst. Da hab ich das Gefühl, da braucht es oft wirklich jemanden, der das initiiert. Die sind mit so ’nem Anschub dann total gut drauf, ganz kreativ, geben sich zum Beispiel witzige Namen – Angsthasen und so was. Das sind dann aber trotzdem keine zusammengewürfelten Notgemeinschaften. Da kommen echt interessierte Leute und bleiben auch.

Besondere Konflikte und Herausforderungen im Arbeitsfeld Selbsthilfe

Gab es für euch im Selbsthilfebereich besondere Herausforderungen, denen ihr euch stellen musstet?
Uli: Für mich ganz persönlich kann ich auch da das Projekt Migration und Selbsthilfe nennen – einen anderen Kulturkreis kennen lernen, wie die Leute da ticken, zum Beispiel die religiösen Gemeinschaften – das war schon eine Herausforderung.
Ein zweiter Bereich war der Umgang mit der Politik. Da hatte ich oft das Gefühl, die interessieren sich nicht wirklich für Selbsthilfe. Da muss man immer beharrlich sein und sich Zeit nehmen, sein eigenes Anliegen den Politikern zu verdeutlichen – also die Politik persönlich anzusprechen und die Selbsthilfe bekannter zu machen.
Monika: Für mich war eine wirklich große Herausforderung, als sich der niedersächsische Kontaktellenarbeitskreis 1993 getrennt hat in den Rest des trägerübergreifenden Arbeitskreises und den Arbeitskreis des Paritätischen. Das war für die Kolleginnen und Kollegen in den Kontaktstellen nicht richtig, schade und inhaltlich sehr bedauerlich. Natürlich muss ein Arbeitgeber für seine Einrichtungen etwas tun, darin sehe ich eine Legitimation, dass große Träger auch Facharbeitskreise für ihre Mitarbeiterinnen haben. Für den inhaltlich-fachlichen Austausch war aber die Trennung nicht sinnvoll, sondern sogar kontraproduktiv.

Uli: Das ist auch eine Verschwendung von Ressourcen, letztlich Geldverschwendung. Und die Beschäftigung damit hat vieles gelähmt und niemandem etwas gebracht. Und das wirkt bis heute nach, auch wenn der Austausch wieder deutlich besser geworden ist.
Eine wirklich große Herausforderung – nicht für mich im Gesundheitsamt, aber für die allermeisten Kolleginnen und Kollegen – war die über Jahrzehnte herrschende unsichere Finanzierung der Selbsthilfekontaktstellen. Das war für alle, die von den öffentlichen Kassen abhängig waren, eine totale Belastung. Mittlerweile, also seit etwa zehn Jahren, sind ja die Haushalte nicht mehr so defizitär. Außerdem hat sich mit § 20h SGB V vieles geändert. Man muss nicht mehr ständig Angst um seinen Arbeitsplatz haben.
Monika: Das war lange Zeit wirklich belastend und kann auch jederzeit wiederkommen, sobald es den öffentlichen Kassen wieder schlechter geht.
Aber was ich auch eine Herausforderung fand: Ich war ja 20 Jahre in regionalen Gremien, gerade auch im Sozialausschuss der Stadt die „Stimme der Bevölkerung". Das war anstrengend, aber auch ein Vorteil. Man hat den Kontakt zu den Beteiligten aus der Politik und Verwaltung und kann auf der einen Seite die Bedarfe der Betroffenen in Politik übersetzen und auf der anderen Seite auch positiv Einfluss nehmen für die Leute. In Oldenburg wurde mit der Selbsthilfebewegung auch immer eine politische Bewegung verbunden: dass Leute für sich selbst einstehen, dass man den mündigen Bürger erreichen kann. Das war durchaus Absicht.
Uli: Auf jeden Fall kann man in solchen Funktionen echt viel über das politische System und Prozesse zur Meinungsbildung lernen.
Und eine letzte Herausforderung: Ich glaube, vor allem in unserer Beratungstätigkeit, auch bei neuen Gruppengründungen, müssen wir deutlich darauf hinwirken, dass die Gruppen wirklich autonom sind. Die dürfen sich nicht vereinnahmen lassen, weder vom medizinischen System, noch von der Pharmaindustrie, noch von den Krankenkassen, noch von der Politik. Die Tendenz ist ja da: zehn Mal in Selbsthilfegruppen, sonst kriegt man zum Beispiel in der Suchthilfe die Entgiftung nicht bezahlt. Da wird Selbsthilfe dann funktionalisiert. Das darf man eben nicht zulassen.

Kooperationen, Strukturen und Politik

Wie haben sich aus eurer Sicht die Strukturen in dem Arbeitsfeld Selbsthilfe für die Selbsthilfekontaktstellen verändert?
Uli: Für Kontaktstellen und Selbsthilfegruppen sind aufgrund der finanziellen Förderung die Strukturen breiter und flexibler geworden. Die Arbeit ist flexibler und spontaner geworden, man kann auch mal jemanden einstellen (für kleine Sachen) und Kontaktstellen und Selbsthilfegruppen können zum Beispiel einfacher Veranstaltungen planen und umsetzen. Es gibt für alle Ebenen bessere Rahmenbedingungen.
Monika: Früher konnte man gar nicht langfristig planen. Das hat sich in den letzten fünf bis zehn Jahren wirklich geändert. Dadurch, dass die Finanzierung

jetzt relativ verlässlich ist, kann man tatsächlich auch mal inhaltlich ein ganzes Jahr angehen, auch sagen „Wir bieten vier Fortbildungen dieses Jahr an". Man geht eher davon aus, dass man das Geld bekommt. Oder die Selbsthilfegruppen wollen an bestimmten Kongressen teilnehmen und wir organisieren das. Das ging früher gar nicht. Diese Sicherheit ist für die Arbeit richtig gut.
Uli: Auch die Ausstattung bei den Kontaktstellen und den Gruppen hat sich verbessert und das hat eben auch mit Struktur zu tun. Vor 20 Jahren waren wir viel schlechter ausgestattet, da war außerdem alles viel teurer und man konnte sich kaum bessere Geräte wie Beamer oder so was leisten. Man kann sich jetzt viel besser auf die Arbeitsinhalte konzentrieren, weil der Rahmen stimmt.

Welche Rolle spielen Kooperationen und Netzwerke für eure Arbeit?
Monika: Für mich ist es überhaupt eine Voraussetzung als Mitarbeiterin einer Kontaktstelle, eine Netzwerkerin zu sein. Wenn du in eine Kontaktstelle gehst, um Leute zu therapieren, dann bist du da nicht richtig. Du musst in einer Kontaktstelle das Grundverständnis haben: Ich bin Netzwerkerin.
Uli: Genau, sehe ich auch genauso. Netzwerkarbeit ist auch wichtig als inhaltliche Rückkoppelung, ob wir auf dem richtigen Weg sind. Aber man muss seinen Platz auch einfordern und füllen. Wenn du zum Beispiel in einem Netzwerk „Stadtentwicklung" bist, dann musst du deinen Bereich auch vertreten können und erklären, warum du da bist.
Monika: Zum Beispiel gibt es in Oldenburg ein Netzwerk von Menschen, die Probleme mit Ämtern haben. Und da gibt es jetzt eine Gruppe, die sich über die Einrichtung eines Beschwerdemanagements in städtischen Ämtern Gedanken machen soll. Und da bin ich gefragt worden, ob wir mitmachen. So was passiert nur, wenn man sich vorher auch mal gemeldet hat. Wenn man nie was sagt, kommt auch keiner auf die Idee, einen einzubeziehen.
Uli: Und du wirst da aber als Frau Klumpe angesprochen und nicht als Kontaktstelle. Da musst du am Ball bleiben.
Monika: Netzwerke sind aber auch fachlich wichtig. Besonders das Netzwerk mit den anderen Selbsthilfekontaktstellen. Aber auch innerhalb der Kommune, zum Beispiel um Informationen über das Hilfesystem in der Kommune oder im Landkreis zu haben. Dafür brauchst du einfach Netzwerke, um zu wissen, was du in der Clearingfunktion Leuten empfehlen kannst. Die BeKoS hat zum Beispiel ein Arbeitsblatt entwickelt, das Personen hilft, die auf der Suche nach einem Therapieplatz in Oldenburg sind. Das beschreibt, was sie machen müssen, wenn sie in eine Therapie gehen wollen. Extra für Leute, die zu uns kommen, aber eigentlich eine Therapie suchen. Um so was machen zu können, musst du eben die Strukturen sehr gut kennen.
Uli: Ich glaube, das ist ein Punkt, der auch wirklich wichtig ist und den ich gerne an unsere Nachfolger und Nachfolgerinnen weitergeben möchte. Ob das der sozialpsychiatrische Dienst ist, Netzwerke zur Stadtentwicklung oder andere themenspezifische Netzwerke: Man muss über den Tellerrand des Tagesgeschäftes gucken, um möglichst viel auf dem Schirm zu haben.

Monika: Man muss in der Selbsthilfeunterstützung so weitsichtig sein, dass man die Gruppen innerhalb des Gebildes ihrer Umgebung einbinden kann.

Arbeitskreis der Selbsthilfekontaktstellen in Niedersachsen

Wo ihr auch den Arbeitskreis der Selbsthilfekontaktstellen genannt habt – Gibt es da noch etwas über eure Arbeit als Sprecherin und Sprecher zu erzählen?
Monika: Also mir hat das immer Spaß gemacht. Ich setze mich immer gerne inhaltlich auseinander und vertrete das dann auch. Das ist einfach mein Arbeitsstil. Und ich habe mich immer unter Gleichen gefühlt. Deshalb habe ich den Arbeitskreis auch immer gerne vertreten.
Uli: Im Arbeitskreis sind Leute, die auch einen politischen Anspruch haben. Das macht auch das Sprecheramt interessant. Außerdem haben die Sprecher eine wichtige Funktion als Kontakt zum Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und sind da wichtige Ansprechpartner. Im Sprecherteam war und ist es aus meiner Sicht übrigens wichtig, dass es Personen aus unterschiedlichen Trägerstrukturen gibt. Darauf haben wir immer Wert gelegt. Damit die trägerübergreifende Arbeit auch in der Zusammensetzung des Sprecherteams sichtbar wird.

Hat sich die Funktion oder die Rolle des Arbeitskreises im Laufe der Zeit eigentlich verändert?
Monika: Die Rolle war eigentlich immer: fachliche Qualifizierung / Konfrontation mit Themen / Themenfortbildung / Bearbeitung von Fragen zur Finanzierung. Die inhaltliche Arbeit eben: Wie arbeiten die Kontaktstellen? Der fachliche Austausch könnte aber noch ausgebaut werden.
Uli: Der Arbeitskreis ist ja auch Themen- und Ideenbörse, Impulsgeber für die eigene Arbeit. Mittlerweile geht es nicht mehr so intensiv um das Thema Finanzierung, das ist natürlich gut, weil es Raum freimacht für anderes. Wichtig: Austausch mit Kolleginnen und Kollegen – viele sind vor Ort Einzelkämpfer.

Ausblick

Welche Visionen und Wünsche habt ihr für das Arbeitsfeld Selbsthilfe oder für die Arbeit der Selbsthilfekontaktstellen?
Uli: Selbsthilfe ist eigentlich die Vision. Die muss aber immer wieder gelebt werden und wandelt sich auch. Mein Schlagwort wäre deshalb: Tradition bewahren und Neues wagen.
Monika: Mir ist wichtig, dass der Kern der Selbsthilfe klar ist – im Fokus steht der Austausch!!! Und ich wünsch mir, dass die Leute die Selbsthilfe immer mehr als eine Möglichkeit für sich sehen.

Anmerkungen

1 BeKoS Oldenburg: Beratungs- und Koordinationsstelle für Selbsthilfegruppen e.V.
2 NAKOS: Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen

Das Interview führten Elke Tackmann und Dörte von Kittlitz vom Selbsthilfe-Büro Niedersachsen.

selbsthilfegruppenjahrbuch 2019

Herausgeber:
Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
Friedrichstr. 28, 35392 Gießen
www.dag-shg.de
Gemeinschaftlich vertretungsbefugt:
Karl Deiritz, Carola Jantzen, Angelika Vahnenbruck
Redaktion und verantwortlich i.S.d.P.
Dörte von Kittlitz, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen,
Gartenstr. 18, 30161 Hannover, Tel.: 0511 / 39 19 28
Jürgen Matzat, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen,
Friedrichstr. 33, 35392 Gießen, Tel.: 0641 / 985 456 12
Registergericht: Amtsgericht Gießen, Vereinsregister Gießen Nr. 1344
als gemeinnützig anerkannt FA Gießen St.-Nr. 20 250 64693 v. 23.08.2016
Umschlag: Lutz Köbele-Lipp, Entwurf und Gestaltung, Berlin
Satz und Layout: Egon Kramer, Gießen
Druck: Majuskel, Wetzlar
ISSN 1616-0665

Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion, des Vereins oder der fördernden Krankenkassen wieder. Nachdruck einzelner Artikel nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und der Autoren bzw. Autorinnen.

Copyright: Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Herstellung und Versand dieser Ausgabe des ›selbsthilfegruppenjahrbuchs‹ wurden im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach § 20h SGB V finanziell gefördert aus Mitteln der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene:

Wir bedanken uns bei allen Förderern ganz herzlich!

Zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit bitten wir Sie herzlich um eine Spende (steuerlich abzugsfähig) auf unser Konto:
IBAN:DE18513900000006303005 BIC:VBMHDE5F