

Selbsthilfetage 2017

Neue Wege in der Selbsthilfe beschreiten, den Generationenwechsel wagen und junge Selbsthilfeeferfahrungen zulassen...

Diskussionsveranstaltung anlässlich der Selbsthilfetage 2017

Zum Auftakt der Selbsthilfetage 2017 fand im Wallsaal der Stadtbibliothek Bremen eine spannende Diskussionsveranstaltung zum Thema „Neue Wege in der Selbsthilfe beschreiten, den Generationenwechsel wagen und junge Selbsthilfeeferfahrungen zulassen...“ statt. Rund 40 Teilnehmerinnen lauschten zunächst einem aufschlussreichen Impulsvortrag von Birgit Tillmann vom Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek).



„Selbsthilfe ist wichtig!“, stellte sie gleich zu Anfang fest. Selbsthilfe trägt dazu bei, die Gesundheitskompetenz zu steigern und fördert gesundheitliches Verhalten. Selbsthilfe ermöglicht soziale Integration und hilft Menschen, einen besseren Umgang mit der eigenen Erkrankung zu finden. Der hohe gesellschaftliche Stellenwert der Selbsthilfe sei auch an den Förderzahlen ablesbar, berichtete Birgit Tillmann. Doch auch die Schwierigkeiten, mit denen die Selbsthilfe konfrontiert ist, sprach sie offen an. Neue jüngere Mitglieder zu finden und sie dann auch noch für die Übernahme von Aufgaben zu gewinnen, fällt vielen Selbsthilfegruppen schwer. Hier hat sich eine gesellschaftliche Veränderung ergeben, die zu Informationsbeschaffung im Internet tendiert. Neben einem eigenen Erfahrungsbericht zur Übernahme eines Vorstandsamtes, machte sie Mut, Veränderungen die bevor stehen anzugehen und offen für Neuerungen zu sein. Den Vortrag von Frau Tillmann können Sie ebenfalls auf unserer Website zum Nachlesen downloaden.



In Form zweier Kurzinterviews wurde das Thema Generationenwechsel aus Sicht der Selbsthilfegruppen aufgegriffen. Gisela Nawroth besucht seit 2010 die Tinnitus Selbsthilfegruppe Bremen. Sie sei von der damaligen Gruppenleiterin angesprochen worden, erzählt sie. Diese wollte ihr Amt abgeben und suchte eine Nachfolgerin. Gemeinsam besuchten sie ein Seminar der Tinnitus-Liga, welches auf die Übergabe vorbereitete. Frau Nawroth führt ihre Aufgabe nun, mit einer weiteren Engagierten zusammen, seit einigen Jahren erfolgreich aus. Damit ihre Nachfolge gut gelingt, hat sie jetzt schon einen jüngeren Gruppenteilnehmer angesprochen. Als Tipp gab sie noch mit auf den Weg, einen Zeitplan zu erstellen, in dem festgehalten ist, wer wann welche Aufgaben übernimmt.



Manuel Quinckardt engagiert sich in der Mukoviszidose Selbsthilfe Bremen e.V. Er erzählte, er sei zu Beginn vom alten Gruppenleiter in die Verantwortung „geschubst“ worden. Doch im Tandem von Alt und Jung wurde er gut angeleitet und brachte gleichzeitig neue Ideen in die Gruppe. So fühlten sich mehr und mehr jüngere Betroffene angesprochen und nehmen nun an den Treffen teil. Mit der Zeit konnte Manuel Quinckardt so auch Aufgaben delegieren. Er sieht seine Selbsthilfegruppe wie eine „Fußballmannschaft“, in der jeder entsprechend seinen Stärken eingesetzt wird. „Stolpersteine braucht man um zu wachsen“, resümierte er.

In der anschließenden Diskussion wurde die Vielfalt der Strukturen und Methoden der Bremer Selbsthilfegruppen deutlich. In einigen Gruppen gibt es klare Regelungen für die Nachfolge der Gruppensprecher. Bei anderen gibt es dagegen große Nachwuchssorgen. Mehrfach wurde berichtet, dass es schwierig sei, neue Teilnehmer für die Übernahme von Aufgaben innerhalb der Gruppe zu gewinnen. Einige Gruppen nutzen die Tatkraft von Angehörigen, in anderen wiederum bleiben die Betroffenen lieber unter sich. Daneben kamen Ideen zur Sprache, wie Gruppentreffen für Neue interessant gestaltet werden könnten. Und auch die Frage „Halten wir an bestehenden Strukturen fest oder lassen wir uns auf neue Impulse ein?“ sorgte für regen Austausch. Allen gemein ist, dass sie sich für ihr Anliegen mehr Gehör in der Öffentlichkeit wünschen.

