

Bericht zur Fachtagung der LAG SELBSTHILFE Bayern e.V.:

Junge Selbsthilfe . Nachwuchsarbeit . Generationswechsel

am 23. Juni 2015, 11.00-16.00 Uhr

Tagungsort: Geschäftsstelle der LAG SELBSTHILFE Bayern e.V., Orleansplatz 3, 81667 München

Das Thema Nachwuchsarbeit in Selbsthilfeverbänden behinderter und chronisch kranker Menschen und ihrer Angehörigen gewinnt immer mehr an Bedeutung. Sei es, dass Aktive „der ersten Stunde“, die z.T. schon über Jahrzehnte in Schlüsselpositionen gewirkt haben, sich zurückziehen/zurückziehen müssen, sei es dass das Thema „Selbsthilfe“, „politisches Engagement“ oder „längerfristiges und verbindliches Engagement in einem Verband“ in der Gesellschaft nicht mehr die Attraktivität hat, die es vielleicht noch vor 20 oder 30 Jahren hatte. - Wenn wir uns umhören und –sehen erkennen wir, wie modern und z.T. brennend das Thema „Nachwuchsarbeit/Generationswechsel“ auch für unsere Mitgliedsverbände geworden ist.

Das prompte und rege Interesse an der Fachtagung am 23. Juni 2015 von 11.00 – 16.00 Uhr zum Thema „Junge Selbsthilfe. Nachwuchsarbeit. Generationswechsel.“ zeigte, dass wir ein brennendes Grundsatzthema unserer Verbände getroffen hatten. Da uns in unseren Räumen am Odeonsplatz in München nur begrenzter Raum zur Verfügung stand, mussten wir die Teilnehmerzahl begrenzen. Es nahmen rund 80 Personen teil, überwiegend aus unseren Mitgliedsverbänden, aber auch aus dem Bereich Selbsthilfeunterstützung, Sozialdienst und Politik.

Herr Herrmann Imhof, Pflege- und Patientenbeauftragter der Bayerischen Staatsregierung, sowie die Bayerische Behindertenbeauftragte, Frau Irmgard Badura, waren bei uns zu Gast. In Grußworten sprachen sie sowohl Anerkennung, als auch die Bedeutung der Selbsthilfe für das sozial- und gesundheitspolitische Geschehen aus, wie auch ihre Unterstützungsbereitschaft, was die Zukunft der Selbsthilfe betrifft.

Nach der Begrüßung unseres Vorsitzenden, Dr. Josef Pettinger, sprach die Geschäftsführerin der LAG SELBSTHILFE Bayern e.V., Nicole Lassal, über Zukunftsfragen für die Selbsthilfe.

Dabei stellte sie heraus, wie unverzichtbar es sei, immer wieder neue Mitglieder für die Idee der Selbsthilfe zu begeistern und langfristig Neumitglieder in den Verband zu integrieren. Die Frage der Nachwuchsgewinnung müsse als fortlaufende Aufgabe der Organisationen verstanden und nicht als vereinzelt Problem betrachtet werden. Als Problemaufriss beschrieb sie einen gesellschaftlichen Wandel hin zu mehr Individualisierung. Auch die Veränderung von Kommunikation im heutigen Zeitalter der Digitalisierung stelle Selbsthilfeorganisationen vor die Frage, ob sie noch zeitgemäß seien. Dem stehe gegenüber,

dass die Bedarfsfelder der Selbsthilfe anwachsen angesichts des demographischen Wandels und der zunehmenden Hilfs- und Pflegebedürftigkeit einer älter werdenden Gesellschaft sowie der Ausdifferenzierung der Diagnostik im Bereich der seltenen chronischen Erkrankungen und Behinderungen.

Selbsthilfeorganisationen müssten sich somit der Tatsache stellen, dass neu betroffene junge Menschen zunächst ein hohes Informationsbedürfnis haben und anonyme digitale Informationsangebote präferieren. Viele bieten bereits professionelle Internetauftritte, moderierte thematisch gegliederte Foren oder Chat-Rooms an. Dennoch müssten Selbsthilfeorganisationen auch weiterhin die Motive und Vorteile des Gemeinschaftslebens herausstellen. Gerade das in der Selbsthilfe praktizierte Prinzip der Hilfe auf Gegenseitigkeit sollte betont werden, auch als Alternative zu einer rein konsumorientierten Haltung. In dem Zusammenhang sei es wichtig, als Verband eine Willkommenskultur zu bieten, z.B. in Form von gemeinsamen (Freizeit)aktivitäten. Spezifische Arbeitskreise oder Treffen für jüngere Menschen, reine Frauengruppen etc. könnten ebenso den Wünschen von Neuinteressenten entsprechen.

Lassal betonte, dass bei all diesen Überlegungen nicht vergessen werden dürfe, Verantwortung auf Augenhöhe zu teilen. Stark hierarchisch gegliederte Organisationen seien weniger geeignet Neumitglieder zu ermutigen sich verantwortlich einzubringen. Deshalb sollten Selbsthilfeorganisation eine konstruktive innerverbandliche Diskussionskultur pflegen und Ideen und Veränderungen durch Neumitglieder auch annehmen können. Ein weiterer Aspekt, der Selbsthilfe im Verband für potentielle junge Neumitglieder attraktiv machen könne, sei die Möglichkeit der Beteiligung in Form des politischen Engagements. Aus der Kenntnis individueller Lebenslagen und Probleme werden Lösungsvorschläge und Forderungen abgeleitet und somit politische Interessensvertretung gelebt.

Abschließend betonte Lassal nochmals, dass es im Kontext der Neugewinnung junger Mitglieder darum gehe, gemeinsam geschaffene Grundlagen und angestrebte Ziele der Selbsthilfe permanent gemeinsam neu oder wieder zu begründen. Dieser Prozess benötige sowohl Zeit als auch finanzielle Unterstützung. Langfristig werde dies die Zukunft der Selbsthilfeorganisationen von Menschen mit Behinderung und chronischer Erkrankung sichern.

Best Practice Beispiele aus fünf unserer Mitgliedsverbände beleuchteten im weiteren Verlauf der Tagung einen Querschnitt aus der Vielfalt bereits bestehender Praxis in Selbsthilfeorganisationen hinsichtlich Jugend- und Nachwuchsarbeit und damit gemachten Erfahrungen bis hin zu ausgearbeiteten Konzepten zu diesem speziellen Thema.

Matthias Hämmer und Benjamin Gajewski, Stottern und Selbsthilfe Bayern e.V., präsentierten **Flow - Die junge Sprechgruppe der BVSS**. 2012 wurde vom Bundesverband ein Konzept mit Leitfaden zur Gruppengründung entwickelt. Dieses kann beim Verband

angefordert werden. Die durch ehrenamtliche Verbandsmitglieder begleitete Umsetzung des Konzepts begann 2013. In diesem Zusammenhang wurden auch spezielle Werbematerialien entwickelt. Aktuell existieren 10 Gruppen in ganz Deutschland, davon eine in Augsburg und in München. Man tauscht Erfahrungen zu altersspezifischen Themen aus, bietet sich gegenseitig Unterstützung, übt sich auch im Sprechen innerhalb eines geschützten Raumes („Invivo-System“). Auch übers Netz (Google+) findet Kommunikation innerhalb der Gruppen statt. Rein virtuelle Gruppen haben sich zwischen jungen Menschen gegründet, die weit weg von real bestehenden Flow-Gruppen leben. Die Altersspanne liegt zwischen 16 - ca. 29 Jahren. Die Münchner Gruppe wurde im Oktober 2014 gegründet. Dort treffen sich regelmäßig einmal wöchentlich 4-6 junge Menschen, die stottern. Die Gruppe ist prinzipiell offen für alle Interessierte. Die jungen Menschen finden den Zugang zur Selbsthilfe oft durch Empfehlungen ihrer Therapeuten. Es gibt weder Anwesenheitspflicht noch die Verpflichtung aktiv zu sein. Zu Beginn spricht man in Form von Blitzlichtern z.B. über sein Befinden oder das, was im Alltag ansteht, wie z.B. eine Bewerbung auf eine Arbeitsstelle. Auch werden Themenabende organisiert, z.B. Stottern in der Forschung oder Stottern als individuelles Erleben. Am Ende der Treffen können individuelle Wünsche geäußert werden oder Themen für die nächsten Treffen erörtert werden.

Christian Zottl, Münchner Angst-Selbsthilfe (MASH) e.V., sprach zu ***Selbsthilfe? Geht ja gar nicht (mehr ohne)!*** Dieses Angebot für junge Menschen bezieht sich auf spezifische Gruppen: Studenten im Alter von 18 – 30 Jahren und junge Menschen mit sozialer Phobie. Es gibt reine Gesprächsgruppen, aber auch eine Boulder-Gruppe und eine Gruppe mit Therapeut hat sich herausgebildet. Die jungen Menschen treffen sich auch „inoffiziell“ und üben sich gemeinsam z.B. in für sie schwierigen angstbesetzten Situationen.

Seit drei Jahren wird das Thema „Gewinnung junger Menschen für die Selbsthilfe“ im Verband auch wissenschaftlich begleitet. Bei Befragungen der jungen Menschen wurde deutlich, dass Selbsthilfe zuerst überwiegend negativ assoziiert wird (unprofessionell, selbstmitleidige Menschen, alte Leute über 40 Jahre) Vermutlich kamen die jungen Leute dennoch aus Mangel an Alternativen, die Hürde in die Selbsthilfe zu kommen war für die meisten sehr hoch. Der Verband nimmt junge Menschen jetzt auch verstärkt als Zielgruppe in seine Öffentlichkeitsarbeit mit auf (Bsp.: spezieller Flyer „Wir schaffen das alle“). Auch Kooperationen mit Universitäten, Schulen, Kliniken oder Ärzten werden angestrebt. Das spezielle Angebot für junge Menschen zeigt sich für den Verband als erfolgreich: einige interessieren sich für eine Gruppenleitung, einige arbeiten im Büro oder bei Veranstaltungen mit. Auch gibt es Kandidaten für den Vorstand unter ihnen. Der Verband hat sich nun zum Ziel gesetzt sozial benachteiligte junge Menschen zu erreichen, die bisher fast ausbleiben. Bald soll es auch eine Selbsthilfegruppe für Minderjährige mit Depressionen geben.

Bernd Franz, Diabetikerbund Bayern e.V., präsentierte einen Film zu einem Freizeitangebot für ***Jugendliche Diabetiker, Diabetes-Camp***. Das Camp ist ausgerichtet auf 8- bis 17-jährige Diabetiker. Der Film zeigte, wie diese zusammen mit diabeteserfahrenen Betreuern, Ärzten

und Diabetesberaterinnen eine Camp Woche im Jahr 2013 in Rauenstein/Thüringen verbringen. Dort nahmen 66 Kinder und Jugendliche teil. Die Betreuer/innen waren sowohl Gruppenleiter/innen aus dem Verband als auch von außerhalb angeworbenes Fachpersonal. Wichtigster Bestandteil war der Umgang mit der chronischen Erkrankung in allen Alltagssituationen. Eine Freizeit wie diese bietet über „rund um die Uhr“ für ein Leben mit der chronischen Erkrankung.

Andreas Vega, Interessenvertretung Selbstbestimmt Leben e.V. (ISL), berichtete über **Jugendarbeit zur politischen Bildung und Empowerment**. Grundsätzlich sei es wichtig davon auszugehen, dass junge Menschen anders zu begeistern und zu motivieren seien als ältere. Eine Studie ISLs von 2010 benannte und trug Aspekte zu den speziellen Grundlagen und Erfordernissen von Jugendarbeit und -engagement für die (politische) Selbsthilfe zusammen. Bereits 2011 veranstaltete ISL ein Jugendcamp für junge Erwachsene mit unterschiedlichen Behinderungen. Workshops, Diskussionen und gemeinsame Freizeitgestaltung zeigten, dass die jungen Menschen sowohl ein deutliches Interesse an behindertenpolitischen Themen haben als auch die gesellschaftliche Relevanz von Diskriminierungen erkennen mit der Notwendigkeit sich in Form von Zusammenhalt und -arbeit für Veränderungen dahingehend einzusetzen.

Roswitha Moser, Huntington-Gruppe Bayern in der Deutschen Huntington-Hilfe e.V., berichtete über **Jugendkonferenzen** des Bundesverbandes. Zuerst gab es Anfang dieses Jahrzehnts in 2 europäischen Ländern spezielle Jugendcamps für von Huntington betroffene Menschen, die aus Kostengründen wieder aufgegeben werden mussten. Seit 2013 organisiert der Bundesverband nun jährlich eine Jugendkonferenz. Themen sind z.B. wissenschaftliche Vorträge oder Workshops zu Alltagsthemen von Huntington betroffener junger Menschen. In den Jahren zwischen 2013 und 2015 wuchs die Teilnehmerzahl stetig auf 80 an. Frau Moser berichtete außerdem über eigene Erfahrungen, die sie mit Jugendgruppen in Form von Freizeitangeboten für diese gemacht hatte und resümierte, wie wichtig es sei, deren Alltag und spezifische Lebenswirklichkeiten zu verstehen, die sich enorm unterscheiden von denen der älteren Generation.

Zu **„Selbsthilfe und Neue Medien“** sprach Sonja Liebherr, Bundesarbeitsgemeinschaft SELBSTHILFE e.V. (BAG SELBSTHILFE e.V.). Im Mittelpunkt standen hierbei Auswertungen zu Neuen Medien und ihrer Nutzung durch jüngere Zielgruppen mit daraus resultierender medialer Zielgruppenansprache in der Selbsthilfe und schließlich Fokussierung auf zwei Projekte der BAG SELBSTHILFE e.V. zu „Selbsthilfegruppen Online“ als neue Kommunikationsplattform für Selbsthilfegruppen und die Werbekampagne „Wir für mich. Selbsthilfe wirkt“. Letztere ist als Dachkampagne fokussiert auf jüngere Menschen.

„Lernort Selbsthilfe, Qualifizierung von Nachwuchs“ – auch ein Projekt der BAG SELBSTHILFE e.V. - wurde präsentiert durch Sonja Liebherr und Volker Albert, Deutsche Tinnitus-Liga e.V., zusammen mit Christine Kirchner, Organisationsentwicklerin, die das

Projekt begleitete. Es wurde speziell als Qualifizierungsprogramm für Selbsthilfeorganisationen entwickelt und eignet sich zur Qualifizierung von Nachwuchs für Aufgaben in der Selbsthilfe. Dies wurde bereits von der Deutschen Tinnitus-Liga e.V. erprobt.

Der Aspekt Übergabe bzw. Abgabe eines (zentralen) Amtes in einer Selbsthilfeorganisation, als Geschehnis beim „**Gelungenen Generationswechsel**“, wurde in der sich anschließenden Präsentation ebenfalls durch Herrn Albert und Frau Kirchner ausführlich beleuchtet.

Zum Abschluss der Tagung wurde das Thema Finanzierung in diesen Zusammenhängen präsentiert durch einen Vertreter der Gesetzlichen Krankenkassen im Zusammenhang mit der Projektförderung durch die gesetzlichen Krankenkassen nach SGB V. Die LAG SELBSTHILFE Bayern e.V., die an den Beratungen zur Bewilligung von Anträgen durch Selbsthilfeorganisationen auf Landesebene an die GKV beteiligt ist, unterstützt im Rahmen ihrer Möglichkeiten auch auf diesem Wege Projekte der Selbsthilfeverbände.

Die Veranstaltung verdeutlichte, welche Vielfalt von Aspekten ihr zentrales Thema für die Verbandsarbeit von Menschen mit Behinderung und chronischer Erkrankung aufwirft und wie die Auseinandersetzung damit beeinflusst, unsere Selbsthilfelandchaft zukunftsfähig zu halten. Wir hoffen unseren Mitgliedsverbänden mit dieser Fachtagung auch Anknüpfungspunkte für die gedankliche und praktische Weiterentwicklung auf diesem Gebiet geboten zu haben.

((Jeweils Links setzen))

Präsentation Matthias Hämmer/Benjamin Gajewski, Stottern und Selbsthilfe Bayern e.V.:
Flow - Die junge Sprechgruppe der BVSS

Präsentation Christian Zottl, Münchner Angst-Selbsthilfe (MASH) e.V.: Selbsthilfe? Geht ja gar nicht (mehr ohne)!

Präsentation Bernd Franz, Diabetikerbund Bayern e.V.: Jugendliche Diabetiker, Diabetes-Camp

Präsentation Sonja Liebherr, BAG SELBSTHILFE e.V.: Selbsthilfe und Neue Medien

Präsentation Andreas Vega, Interessenvertretung Selbstbestimmt Leben e.V.: Jugendarbeit zur politischen Bildung und Empowerment

Präsentation Sonja Liebherr, BAG SELBSTHILFE e.V., Volker Albert, Deutsche Tinnitus-Liga e.V., Christine Kirchner, Organisationsentwicklerin: Lernort Selbsthilfe, Qualifizierung von Nachwuchs

Präsentation Volker Albert, Deutsche Tinnitus-Liga e.V., Christine Kirchner,
Organisationsentwicklerin: Gelungener Generationswechsel

Präsentation Robert Wolf, BKK Landesverband Bayern: Möglichkeiten der Projektförderung
durch die Krankenkassen