



Was wissen wir über das Engagement von jungen Menschen in Selbsthilfegruppen?

Wolfgang Thiel

Eröffnung und Impulsreferat für den NAKOS-Workshop „Junge Menschen in der Selbsthilfe – Junge Menschen in die Selbsthilfe“, 23.-24.4.2009 in Berlin

Kontext

Meine Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen,

Der Workshop „Junge Menschen in der Selbsthilfe – Junge Menschen in die Selbsthilfe“ ist Bestandteil des einjährigen NAKOS-Projektes „Junge Menschen in der Selbsthilfe – Junge Menschen in die Selbsthilfe. Selbstsorge, Sorge und bürgerschaftliches Engagement stützen und erschließen.“

Danksagung an Förderer

Dieses Projekt und auch dieser Workshop werden vom BMFSFJ gefördert, wofür ich auch an dieser Stelle danken möchte.

Zunächst einige Informationen zu dem neuen NAKOS-Projekt:

Das Projekt „Junge Menschen in der Selbsthilfe – Junge Menschen in die Selbsthilfe. Selbstsorge, Sorge und bürgerschaftliches Engagement stützen und erschließen“ nimmt die Altersgruppe der 18- bis Ende 20-Jährigen in den Blick. Dabei spielen die soziale Orientierung und Identitätsgewinnung (zum Beispiel ökonomische Unsicherheit und Abhängigkeit vom Elterhaus, eigene Familiengründung / Elternschaft) und jugendspezifische Problemlagen (zum Beispiel Essstörungen, Sekten- oder Gewalterfahrungen, Drogenabhängigkeit) ebenso eine Rolle wie die Bewältigung chronischer Erkrankungen und Behinderungen – sei es als Selbstbetroffene/r oder als An- und Zugehörige/r.

Ziel des Projekts ist es, junge Menschen stärker auf Selbsthilfegruppen aufmerksam zu machen. Verbesserte Zugänge – insbesondere auch altersgruppenspezifische Zugänge – sollen ermöglicht und die Selbstorganisation soll gestärkt werden.

Im Projektkontext wird es darum gehen, gelungene Beispiele der Selbsthilfegruppenarbeit junger Menschen sichtbar zu machen.

Voraussetzungen, Rahmenbedingungen und Bedarfe sollen thematisiert werden. Angebote der Beratung und Begleitung wie auch der Ansprache von jungen Menschen, sich in und durch

Selbsthilfegruppen bürgerschaftlich zu engagieren, sollen überprüft und exemplarische Ansätze entwickelt werden.

Besondere Aufmerksamkeit im Projektverlauf gilt dem Handlungskontinuum und den fließenden Übergängen zwischen Selbst-, Solidar-, Fremd- und Gesellschaftsbezug im Selbsthilfegruppen-Engagement junger Menschen.

Auch neue, zum Beispiel virtuelle Formen sollen in den Blick genommen werden.

Das Projekt verfolgt drei Handlungsziele:

1. Das Selbsthilfeengagement junger Menschen bei eigener Betroffenheit und als mitbetroffene Angehörige entdecken und Zugänge eröffnen.
2. Besondere Unterstützungserfordernisse von Selbsthilfegruppen junger Menschen herausarbeiten, um das bürgerschaftliche Engagement im Feld der Selbsthilfe zu stärken.
3. Vorschläge für eine zielgruppen- und situationsgerechte mediale Ansprache entwickeln.

Meine Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen,

Was wissen wir über das Engagement von jungen Menschen in Selbsthilfegruppen?

Ausgangslage des NAKOS-Projektes:

Der Zugang zu Selbsthilfegruppen ist in aller Regel themen- und nicht altersabhängig, er stellt sich über eine gemeinsame Betroffenheit her.

Einige Probleme können in jedem Lebensalter, einige wohl häufiger im höheren Lebensalter auftreten. Aber in Selbsthilfegruppen ist nicht das Alter, sondern die Problemstellung der zentrale Bezugspunkt für die Selbstorganisation. In Bezug auf bestimmte Lebenssituationen gibt es zwar altershomogene Gruppen wie zum Beispiel Frauen in den Wechseljahren, drogenabhängige junge Erwachsene, Jugenddiabetes. Die Selbstzusammensetzung einer Gruppe vollzieht sich in aller Regel jedoch altersunabhängig, ob bei einer Trauergruppe, einer Angstselbsthilfegruppe, einer Anti-Mobbing-Gruppe oder einer Gruppe Wirbelsäulengeschädigter.

Dennoch – so der Ansatz des NAKOS-Projekts: **Es gibt auch altersabhängige Zugänge zu Selbsthilfegruppen und ein eigenständiges Selbsthilfeengagement von jungen Menschen, und zwar in zwei Formen:**

1. Zum einen, wenn junge Menschen selbst von einem sozialen, psychischen oder gesundheitlichen Problem betroffen sind; dabei sind sie auch in eigenen Gruppen oder in Untergruppen von Selbsthilfeorganisationen aktiv.

2. Zum anderen, wenn junge Menschen mittelbar betroffen sind, nämlich als Angehörige wenn Familienmitglieder oder als Zugehörige wenn Freunde ein soziales, psychisches oder gesundheitliches Problem haben.

Bei der **ersten Form des Engagements aus eigener Betroffenheit** kann noch einmal in zwei Gruppen von Themen- beziehungsweise Problemstellungen unterschieden werden, nämlich

- Problemstellungen, die mit dem Erwachsenwerden und der Ausbildung einer stabilen personalen Identität einhergehen
- und Problemstellungen, die schon seit der Kindheit / seit dem Jugendalter bestehen.

Zur ersten Themengruppe gehören **lebenslagenbezogene Problemstellungen, die mit Entwicklungsherausforderungen, mit inneren und äußeren Gefährdungen des Erwachsenwerdens verbunden sind:**

Zum Beispiel

- Ablösung vom Elternhaus, ökonomische Unabhängigkeit
- persönliche Verortung und Verankerung in der Peer-Group und im Geflecht weiterer sozialer Beziehungen
- Partnerschaft, Bindung, Elternschaft
- Ausbildung, Berufsfindung, Berufstätigkeit.

Einige verbreitete und auch in der Selbsthilfe bearbeitete oder bearbeitbare Problemstellungen junger Menschen in dieser Lebensphase sind:

- stoffgebundene / stoffungebundene Süchte (zum Beispiel Alkoholmissbrauch, Drogenabhängigkeit, Essstörungen, Online-Sucht, exzessives Computerspielen)
- Versagens- / Zukunftsängste, Überforderungsprobleme (Konkurrenzdruck, Prüfungsängste, Depressionen, Selbstschädigungen, sozialer Rückzug)
- soziale Problemlagen / Notlagen (zum Beispiel Ausbildungsabbruch, Arbeitslosigkeit, Delinquenz, Geldprobleme / Verschuldung)
- Lebensorganisations- und Beziehungsstress (zum Beispiel Familienstreit, Alleinerziehend, Trennung)
- traumatische Erlebnisse (zum Beispiel Scheidung der Eltern, Gewalterfahrung, Missbrauch, Sektenerfahrung, Tod eines Angehörigen, Suizid eines Freundes).

Zur zweiten Themengruppe gehören **Problemstellungen, die schon seit der Kindheit / seit dem Jugendalter bestehen.**

Hierbei spielen angeborene Fehlbildungen und Behinderungen, schwere und chronische Erkrankungen, Operations- oder Unfallfolgen die zentrale Rolle. Oft waren während Kindheit und Jugendalter bereits die Eltern in Selbsthilfegruppen aktiv.

Bei der **zweiten Form des Engagements aus mittelbarer Betroffenheit** geht es um Problemstellungen und Gruppenbildungen, bei denen junge Menschen als Angehörige und Zugehörige aktiv sind.

Zum Beispiel führen folgenden Konstellationen dazu, dass sich junge Menschen in der Angehörigenselbsthilfe engagieren (wollen):

- wenn Eltern / Großeltern / Geschwister / Freunde chronisch krank sind
- wenn Eltern / Großeltern / Geschwister / Freunde behindert oder pflegebedürftig sind
- wenn Eltern / Großeltern / Geschwister / Freunde suchtkrank sind
- wenn Eltern / Großeltern / Geschwister / Freunde psychisch krank sind
- wenn Eltern / Großeltern / Geschwister / Freunde in soziale Notlagen geraten sind.

Meine Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen,

Nun zum Workshop:.

Auf drei Aspekte möchte ich eingehen:

1. „Was sind ‚junge Menschen‘?“

2. auf den Kreis der Teilnehmer/innen des Workshops

und 3. „Was ist eigentlich ein Workshop im Unterschied zu einer Fortbildungsveranstaltung?“

1. „Was sind ‚junge Menschen‘?“

Vielfach assoziieren Außenstehende mit der Altersgruppe „Junge Menschen“ Jugendliche. Ich betone nochmals, dass wir mit der Bezeichnung „Junge Menschen“ die Altersgruppe der 18- bis 29-Jährigen, also nicht Jugendliche in den Blick nehmen. Dies ist in Wissenschaft, Forschung und Politik eine durchaus übliche Altersgruppenbildung. Diese Profilierung muss nicht bedeuten, dass Fragen und Aspekte des „Jugendlichenalters“ Tabu sind; aber sie stehen eben nicht im Zentrum der Aufmerksamkeit.

2. Der Kreis der Teilnehmer/innen des Workshops

Dieser Workshop führt verschiedene Personen zusammen, die einen unterschiedlichen Erfahrungs- und Arbeitshintergrund als Selbstbetroffene, als Angehörige oder als Professionelle Unterstützer/innen haben: In dieser Runde zusammen gekommen sind Mitglieder aus örtlichen Selbsthilfegruppen, Vertreter/innen von Selbsthilfe-Organisationen, professionelle Mitarbeiter/innen aus Selbsthilfekontaktstellen und einige professionelle Multiplikator/innen. Dies ist eine spannende Mischung und bietet die Chance, ganz verschiedene Sichtweisen kennen zu lernen und sich auf diese einzulassen.

3. „Was ist eigentlich ein Workshop im Unterschied zu einer Fortbildung?“

Bei den Anmeldungen und in den Rückmeldungen in den Fragebögen sind zum Teil Erwartungen deutlich geworden, hier an diesen zwei Tagen in Berlin mitzubekommen, zu erfahren beziehungsweise gezeigt zu bekommen, wie man das am besten macht: junge Menschen für Selbsthilfegruppen anzusprechen beziehungsweise zur Mitwirkung zu gewinnen. Dies sind deutliche Fortbildungswünsche.

Dies können wir als Veranstalter so nicht erfüllen. Wir sind wie alle hier Anwesenden Lehrende und Lernende zugleich – gleichberechtigt und gleichverpflichtet; deshalb ist auch die Bezeichnung „Workshop“ angemessen und treffend. „Workshop“ bedeutet „Werkstatt“ und auch „Werk“; lassen Sie uns eine Werkstatt, einen solchen Raum schaffen, ein solches „Werk“, ein solches Gebäude errichten, damit wir voneinander und miteinander lernen, damit wir von Überlegungen, Fragen, Ideen und praktischen Erfahrungen einer jeden / eines jeden profitieren – ob erfolgreich oder nicht.

Wir werden so erfolgreich sein können, wie wir alle selbst uns einbringen, zur Disposition stellen, überprüfen, fragen, austesten und so weiter.

Am Ende noch einmal knapp die Ziele des Workshops, wie sie auch im Programm dargestellt sind: In dem Workshop soll es um Selbstsorge, gemeinschaftliche Sorge und bürgerschaftliches Engagement durch Selbsthilfegruppen junger Menschen, um verbesserte Zugänge und eine stärkere öffentliche Aufmerksamkeit gehen.

Praktische Beispiele und Erfahrungen sollen dargestellt, Gemeinsamkeiten und Unterschiede erörtert und Unterstützungsangebote und -bedarfe herausgearbeitet werden.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

Wolfgang Thiel
NAKOS, Berlin
Telefon 030 / 31 01 89 80
E-Mail ProjektJungeMenschen@nakos.de