

## Das NAKOS-Projekt „Junge Menschen in der Selbsthilfe – junge Menschen in die Selbsthilfe“

Im Jahr 2009 wollte die NAKOS wissen, wie es sich mit dem Engagement junger Erwachsener in Selbsthilfegruppen verhält und führte dazu ein Projekt durch, das drei Maßnahmen-teile hatte:

1. Bestandsaufnahme zu Spektrum, Formen, Zugangsmöglichkeiten, Unterstützungsangeboten und -bedarfen der Selbsthilfe junger Menschen
2. Fachwissenschaftliche Bestandsaufnahme, Praxiserfahrungen und -impulse
3. Gelingende Öffentlichkeitsarbeit: Junge Menschen ansprechen und für bürgerschaftliches Engagement in und durch Selbsthilfegruppen gewinnen.

(Zum Projekt s. unter [www.nakos.de/site/schwerpunkte-und-projekte/2009/junge-menschen/](http://www.nakos.de/site/schwerpunkte-und-projekte/2009/junge-menschen/))

Kurz wollen wir hier einige Schwerpunkte und „Produkte“ rekapitulieren.

Zum Auftakt führten wir einen Workshop „Junge Menschen in der Selbsthilfe – Junge Menschen in die Selbsthilfe“ in Berlin durch. Über 30 Vertreter/innen von örtlichen Selbsthilfegruppen, bundesweiten Selbsthilfeorganisationen und Selbsthilfekontaktstellen aus dem ganzen Bundesgebiet diskutierten über ihre Erfahrungen mit Selbstsorge, Sorge und bürgerschaftlichem Engagement

### NAKOS-Onlinebefragung „Junge Menschen in der Selbsthilfe / junge Menschen in die Selbsthilfe“

Für eine Bestandsaufnahme zum Selbsthilfeengagement junger Menschen führte die NAKOS im Jahr 2009 eine Befragung bei Selbsthilfekontaktstellen und -Unterstützungseinrichtungen sowie bei Bundesvereinigungen der Selbsthilfe durch. Dafür wurden elektronische Fragebögen entwickelt, die im Internet beantwortet werden konnten. Gefragt wurde u.a. danach, ob die Arbeit der Vereinigungen bzw. Gruppen überwiegend altersgruppenspezifisch oder altersgruppenübergreifend ausgerichtet ist, ob und welche Selbsthilfegruppen junger Menschen es gibt, welche Mitwirkungsmöglichkeiten und welche Unterstützung jungen Menschen geboten werden, welche speziellen Maßnahmen der Öffentlichkeitsarbeit durchgeführt werden, welche speziellen Kooperationen bestehen und welche Zugangsbarrieren, Unterstützungsbedarfe und Ansatzpunkte gesehen werden.

Einige Ergebnisse:

- Bei der großen Mehrheit der Bundesvereinigungen der Selbsthilfe (70,8 %) und bei örtlichen Selbsthilfegruppen (angegeben von 76,3 % der selbsthilfeunterstützenden Einrichtungen) wirken junge Menschen mit.
- Spezielle Selbsthilfegruppen junger Menschen gibt es vor allem bei chronischen Erkrankungen und Behinderungen, insbesondere aber auch bei Suchtproblemen, Essstörungen und psychosozialen Themen.

- Selbsthilfegruppen junger Menschen haben eher selten einen formal gesicherten Status; es überwiegt eine Mischung von formell und informell.
- Bei knapp der Hälfte der Selbsthilfekontaktstellen / -Unterstützungseinrichtungen und Bundesvereinigungen der Selbsthilfe gibt es spezielle Angebote für junge Menschen; bei den unterstützenden Einrichtungen sind Gruppengründungsangebote bei den Vereinigungen Jugendtreffs und -begegnungen am häufigsten.
- Es bestehen vielfältige Kontakte zur Förderung der Selbsthilfe junger Menschen (insgesamt 252 Nennungen von Kooperationen); bei den unterstützenden Einrichtungen spielen Bildungseinrichtungen, bei den Bundesvereinigungen zivilgesellschaftliche Organisationen die größte Rolle.
- Spezielle Kooperationen mit Jugendorganisationen zur Ansprache junger Menschen sind wenig ausgeprägt (genannt von 23 selbsthilfeunterstützenden Einrichtungen und 10 Bundesvereinigungen der Selbsthilfe). Um junge Menschen besser zu erreichen, könnte hier seitens der Selbsthilfe(unterstützung) mehr unternommen werden.
- Das Internet spielt als Ansprache- und Zugangsmedium sowie als Plattform für ein virtuelles Engagement junger Menschen (in sozialen Netzwerken) oder für Mischungen von virtueller und realer Begegnung eine zentrale Rolle.

An der Befragung beteiligt haben sich

- 194 von 270 Selbsthilfekontaktstellen und -Unterstützungseinrichtungen (Haupt- und Nebenaufgabe) = 71,9 Prozent (mit besonders großer Resonanz bei Hauptaufgaben-Selbsthilfekontaktstellen mit einem Rücklauf von 85,1 %),
- 144 von 357 Bundesvereinigungen der Selbsthilfe = 40,3 Prozent (mit besonders großer Resonanz aus dem Sektor Gesundheit mit einem Anteil von 79,2 %),
- 16 von 61 Einrichtungen / Organisationen auf Bundesebene, die Selbsthilfegruppen eine Arbeitsplattform bieten (Arbeitsplattform = Einrichtungen / Organisationen mit explizit selbsthilfebezogenen Dienstleistungen und / oder Personen- und Gruppenkontakten) = 26,2 Prozent.

Allen, die sich an der Befragung beteiligt haben, sei hier nochmals ausdrücklich gedankt. |

Die zentralen Ergebnisse der Befragung finden Sie in einem Beitrag von Wolfgang Thiel im „Selbsthilfegruppenjahrbuch 2010“ der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. und – etwas ausführlicher – in seinem Beitrag in Internet unter: <http://www.nakos.de/site/schwerpunkte-und-projekte/2009/junge-menschen/onlinebefragung/>

junger Erwachsener. Die gemischte Zusammensetzung des Workshops eröffnete fruchtbare Diskussionen. Ausgetauscht wurden Praxisbeispiele, entwickelt wurden konzeptionelle Ideen; auch für die weitere Realisierung des NAKOS-Projekts ergaben sich vielfältige Anknüpfungspunkte. Am Ende der zwei Tage stand die Erkenntnis, dass

Selbsthilfegruppen, -organisationen und -kontaktstellen sich initiativ der Herausforderung stellen sollten, junge Menschen für die Selbsthilfe zu gewinnen (Bericht zum Workshop s. NAKOS INFO 98, S. 59-64).

Weiterhin luden wir im Projektverlauf Selbsthilfekontaktstellen und

bundesweite Selbsthilfevereinigungen ein, an einer Onlinebefragung zur Rolle der Altersgruppe der 18- bis 29-jährigen teilzunehmen. Die Befragung (s. Textkasten auf S. 24/25), an der sich 194 Kontaktstellen und 160 Vereinigungen beteiligten, zeigte, dass es von vielen Akteuren in der Selbsthilfeunterstützung als schwierig angesehen wird, junge Menschen für die gemeinschaftliche Problembearbeitung zu motivieren. Spezielle Gruppen ausschließlich für junge Leute haben sich in vielen Zusammenhängen bewährt. „Junges“ Selbsthilfegruppenengagement findet besonders zu psychosozialen und Suchtthemen statt, aber auch im Bereich der chronischen Erkrankungen und Behinderungen. Die Befragung machte deutlich, dass noch viele Spielräume bestehen, junge Menschen gezielter anzusprechen, unter anderem über die intensivere Zusammenarbeit mit Jugendorganisationen und Akteuren der Jugendarbeit.

In Kooperation mit dem Institut für Praxisforschung und Projektentwicklung (IPP) in München erstellte die

NAKOS vier fachwissenschaftliche Expertisen zur Situation, den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen und Handlungsstrategien für ein bürgerschaftliches Engagement junger Menschen in der gemeinschaftlichen Selbsthilfe sowie den Potenzialen zur Förderung der Selbsthilfe junger Menschen im Rahmen der Jugendhilfe (s. Textkasten auf S. 28/29). Expertise 1 von Miriam Walther (Mitarbeit Jana Ringer) recherchierte den Stand der Selbsthilfeforschung zum Thema junge Menschen in der gemeinschaftlichen Selbsthilfe und Praxiserfahrungen. Die Expertisen 2 und 3 von Prof. Dr. Heiner Keupp, Dr. Florian Straus, Dr. Renate Höfer und Johannes Thrul vom IPP in München untersuchten gesellschaftliche Rahmenbedingungen eines Engagements junger Erwachsener in Selbsthilfegruppen, analysierten die Wirkungen eines entsprechenden Engagements und leiteten Handlungsempfehlungen ab. Expertise 4 von Ursula Helms lotete Potenziale zur Förderung des Selbsthilfengagements junger Menschen im Rahmen der Jugendhilfe aus.

### **Spezielle Angebote im Feld der Selbsthilfe für junge Menschen: Die NAKOS kann Auskunft geben**

Gut 25 Prozent der Bundesvereinigungen der Selbsthilfe und knapp 20 Prozent der Organisationen / Einrichtungen, die Selbsthilfegruppen eine Arbeitsplattform bieten, machen jungen Menschen spezielle Angebote zur Selbsthilfe. Wer dies ist und um welchen Angebotstyp es sich handelt, darüber kann die NAKOS seit kurzem Auskunft geben. Die Grundlage dafür bieten Erkenntnisse, die bei einer Online-Befragung und nachgehenden Recherchen im Rahmen des NAKOS-Projektes „Junge Menschen in der Selbsthilfe – Junge Menschen in die Selbsthilfe. Selbstsorge, Sorge und bürgerschaftliches Engagement stützen und erschließen“ gewonnen werden konnten (s. Tabelle 1). |

**Angebote zur Selbsthilfe junger Menschen in der NAKOS-Datenbank von Bundesvereinigungen der Selbsthilfe (SHV) sowie von Organisationen / Einrichtungen auf Bundesebene, die Selbsthilfegruppen eine Arbeitsplattform (AP)\* bieten**

Identifikation und Aufbereitung im Rahmen des Projektes „Junge Menschen in der Selbsthilfe – Junge Menschen in die Selbsthilfe. Selbstsorge, Sorge und bürgerschaftliches Engagement stützen und erschließen“ (1.1.2009-31.12.2009)

<b>ANGEBOTE ZUR SELBSTHILFE JUNGER MENSCHEN</b>	<b>Akteur SHV n = 91; N = 352</b>	<b>Akteur AP n = 14; N = 74</b>	<b>Gesamt</b>
	91 (25,9 %)	14 (18,9 %)	105 (23,5 %)
<b>Was bieten Bundesvereinigungen der Selbsthilfe und Arbeitsplattformen an?</b>			
<b>ANGEBOTSTYPUS (MEHRFACHNENNUNGEN)</b>	<b>SHV + AP Nennungen Gesamt</b>	<b>SHV Nennungen</b>	<b>AP Nennungen</b>
<b>SELBSTHILFEGRUPPEN</b>	52 (19,3 %)	43	9
<b>MIT / DURCH NEUE MEDIEN (INTERNETFORUM, CHAT; SMS-HOT-LINE; E-MAIL-BERATUNG; SONSTIGES</b>	67 (24,8 %)	59	8
<b>MIT / BEI ÖFFENTLICHKEITSARBEIT (INFOMATIONEN; FLYER; ZEITUNG, RUNDFUNK, INTERNET; VERANSTALTUNGEN; KOOPERATIONEN; SONSTIGES)</b>	78 (28,9 %)	68	10
<b>DURCH ORGANISATIONSMÖGLICHKEITEN (JUGENDORGANISATION, ARBEITSKREIS; JUGENDTREFFS, -BEGEGNUNGEN; SPEZ. SPRECHSTUNDE, BERATUNGEN; SONSTIGES</b>	73 (27 %)	63	10
<b>SUMME NENNUNGEN</b>	270 (100 %)	233 (86,3 %)	37 (13,7 %)
N SHV = 352; N Arbeitsplattformen = 74		Stand: 23.3.2010	
* Arbeitsplattform = Organisation / Einrichtung mit explizit selbsthilfebezogenen Dienstleistungen und / oder Personen- und Gruppenkontakten			
Tabelle 1		© NAKOS 2010	

Um zu verstehen, was junge Menschen daran reizt, virtuelle Formen des Problemaustausches zu wählen, befragten wir junge Leute in verschiedenen Internetforen (u.a. Themenforen zu traumatischen Kindheitserfahrungen, zu ADHS und zu Lupus Erythematodes). Antworten bekamen wir sowohl von Menschen, die virtuelle Formen des Austausches mit anderen dem Besuch in einer Selbsthilfegruppe vorziehen, als auch von Personen, die neben ihrem Engagement in Foren auch Gruppen besuchen.

Wir erarbeiteten und veröffentlichten im Projekt eine Praxishilfe für die Selbsthilfeunterstützung („Junge Menschen ansprechen und motivieren – Anregungen für die Selbsthilfeunterstützungsarbeit“, NAKOS-Reihe

Konzepte und Praxis Band 4, als PDF unter [www.nakos.de/site/materialien/fachinformationen/konzepte/?text\\_key\\_int=1314](http://www.nakos.de/site/materialien/fachinformationen/konzepte/?text_key_int=1314)) und entwickelten zwei eigene Werbepostkarten- und Postermotive für den Einsatz in der Selbsthilfeunterstützung. Die Postkarten und Poster können bei der NAKOS angefordert werden. Zusätzlich zeigten wir in einer „Galerie der guten Beispiele“ besonders beeindruckende Ansprachematerialien und -ansätze aus den Bereichen Selbsthilfe / bürgerschaftliches Engagement in Bezug auf junge Menschen (s. [www.nakos.de/site/schwerpunkte-und-projekte/2009/junge-menschen/galerie/](http://www.nakos.de/site/schwerpunkte-und-projekte/2009/junge-menschen/galerie/)).

Mit der Internetseite [www.schonmal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de](http://www.schonmal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de) stellten wir eine Informationsseite

### **Junge Menschen und Selbsthilfe Fachwissenschaftliche Expertisen der NAKOS**

Im Rahmen des NAKOS-Projektes „Junge Menschen in der Selbsthilfe – Junge Menschen in die Selbsthilfe. Selbstsorge, Sorge und bürgerschaftliches Engagement stützen und erschließen“ wurden folgende fachwissenschaftliche Expertisen erstellt:

- Expertise 1: Erkenntnisse und Bedarfe der Forschung und die Fachdiskussion zum Thema ‚Junge Menschen in der / in die Selbsthilfe‘ (Sekundäranalyse der Selbsthilfeforschung und von Praxiserfahrungen)
- Expertise 2: Jugend und junge Erwachsene im sozialen Wandel: Voraussetzungen und Bedingungen für das bürgerschaftliche Engagement junger Menschen in der Selbsthilfe (Sekundäranalyse zur Jugend- und Engagementforschung).
- Expertise 3: Handlungsherausforderungen und Potenziale für das bürgerschaftliche Engagement junger Menschen in und durch Selbsthilfegruppen
- Expertise 4: Jugendhilfe als Interventionsform und Selbsthilfe als partizipative Arbeitsform – gegensätzliche oder kompatible Handlungsstrategien

Die Expertisen 1 und 4 wurden von wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen der NAKOS (Miriam Walther / Jana Ringer, Mitarbeit: Ursula Helms), die Expertisen 2 und 3 im Auftrag der NAKOS von Prof. Dr. Heiner Keupp in Zusammenarbeit mit dem Institut für Praxisforschung und Projektentwicklung (IPP) in München erstellt (Dr. Florian Straus, Dr. Renate Höfer, Johannes Thru).

Das Institut für Praxisforschung und Projektentwicklung (IPP) in München ist ein sozialwissenschaftliches Forschungsinstitut, das seit mittlerweile 30 Jahren in verschiedensten psychosozialen und kommunalen Arbeitsfeldern forscht und berät. Neben der Praxisforschung sowie Projekt- und Einrichtungsberatung existiert als dritter Arbeitsbereich die Grundlagenforschung. Hier gibt es seit mehr als zwei Jahrzehnten eine enge Zusammenarbeit mit (dem Sozialpsychologen) Prof. Dr. Heiner Keupp, LMU München. Im Bereich der Grundlagenforschung nimmt das IPP seit 1989 kontinuierlich an Sonderforschungsbereichen teil (333 Entwicklungsperspektiven von Arbeit und 536 Reflexive Modernisierung). Diese Kombination der Arbeitsbereiche ermöglicht es, aktuelle Probleme und institutionelle Antworten unserer Gesellschaft aus verschiedenen Perspektiven zu bearbeiten. Dies erfolgt jeweils in einem interdisziplinär zusammengesetzten Team (Soziologie, Psychologie, Architektur, Sozialpädagogik).

Speziell im Feld der Erforschung der Identitätsentwicklung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen sowie in der Jugendgesundheitsforschung wurde im IPP durch eine Reihe von Forschungsprojekten eine breite Grundlage geschaffen. Hinzu kamen in den letzten 10 Jahren Forschungsprojekte zu Fragen des bürgerschaftlichen Engagements in spätmodernen Gesellschaften. |

Die Expertisen sind im Internet als Download bereitgestellt unter:  
<http://www.nakos.de/site/schwerpunkte-und-projekte/2009/junge-menschen/expertisen/>

zum Thema gemeinschaftliche Selbsthilfe ins Netz, die sich speziell an jüngere Leute richtet. Neben zielgruppengerecht aufbereiteten allgemeinen Informationen zum Thema stellen dort junge Gruppen exemplarisch ihre Aktivitäten vor. Darüber hinaus ermöglicht die Seite über einen Rückgriff auf die „ROTEN ADRESSEN“ der NAKOS die Suche nach einer Selbsthilfekontaktstelle vor Ort.

Mit einem Auftritt unserer „jungen Seite“ bei Facebook wagten wir auch erstmals einen Vorstoß in die „junge“ Welt der „sozialen Netzwerke“.

Und schließlich machten sich in einer von der NAKOS initiierten Fotosession junge Männer und Frauen Gedanken zum Thema Selbsthilfegruppen. Die NAKOS plant, die entstandenen Fotos

für künftige Veröffentlichungen und Aktivitäten zum Thema zu verwenden. Denn für uns ist klar: Auch wenn das einjährige Projekt „Junge Menschen in der Selbsthilfe – junge Menschen in die Selbsthilfe“ vorerst beendet ist, bleibt das Thema doch weiterhin spannend und wichtig! Wir wollen dran bleiben, Ideen weiter entwickeln, Diskussionen anregen und praktische Impulse setzen – und suchen dafür nach Partnern und Förderern.

Das einjährige Projekt Junge Menschen in der Selbsthilfe – junge Menschen in die Selbsthilfe“ wurde vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gefördert. |

*Miriam Walther, Wolfgang Thiel*