

# Das „Weniger“ ...

## *... – Barrieren und Möglichkeiten im ländlichen Raum*

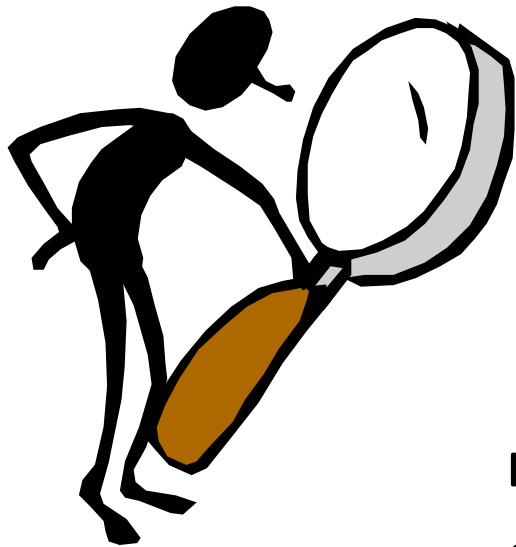
Düsseldorf, 27. Sept. 2018

**BKK Selbsthilfe-Tag**

***Andreas Greiwe, Der Paritätische NRW***



# „Worum geht es hier eigentlich?“



## Es geht um ...

- ▣ Veränderungen beim Selbsthilfeengagement
- ▣ „Demografischer Wandel“
- ▣ Besonderheiten im ländlichen Raum
- ▣ Selbsthilfe-Barrieren
- ▣ „Anstöße“ – Aktivierung zur Selbsthilfe

## Es geht (damit auch) um ...

die Attraktivität der Selbsthilfe  
(-gruppen) an sich.

# Die Selbsthilfe unter Druck

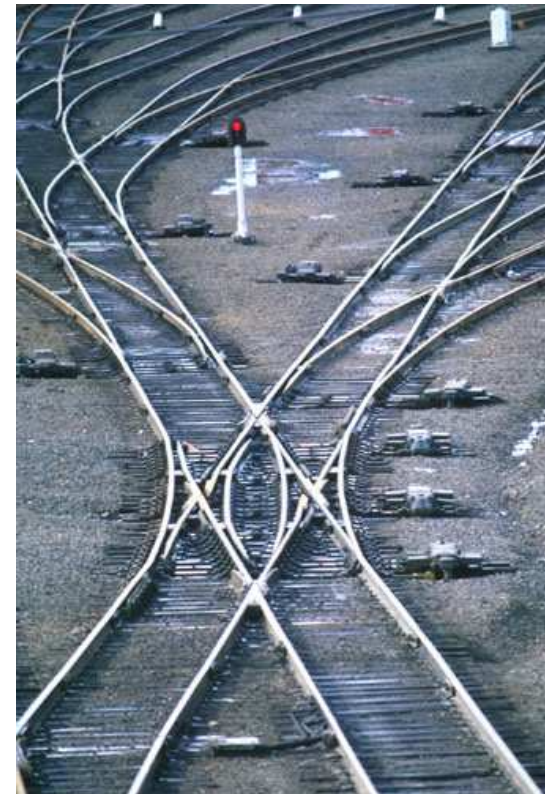
## Konkurrenz + Erwartungen nehmen zu ...

- Zunehmende Konkurrenz durch das Internet
- Professionelle Einrichtungen + Dienste, Ärzte + Therapeuten erwarten die kompetente, qualifizierte, zertifizierte (↔?) Selbsthilfe
- Wandel bei den Erwartungen an Selbsthilfe: zeitlich begrenztes Engagement + „Konsumhaltung“

# Dilemmata ... 1

↪ „Spagat zwischen  
*Selbsthilfe-Gemeinschaft,  
Dienstleister und  
Interessenvertretung*“

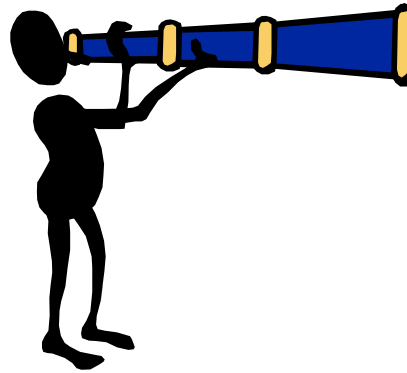
(Gesundheitsselbsthilfe NRW /  
Wittener Kreis)



# Dilemmata ... 2

## Tendenzen:

- die lokale Selbsthilfearbeit, die Selbsthilfe in Gruppen, verliert vielerorts an Bedeutung
- ein zunehmend wichtigeres Netz von engagierten Ansprechpartnern bei nachlassenden Gruppenaktivitäten  
*„Rufen Sie uns an, wir helfen“*
- die Bedeutung der Dienstleistungs- und Lobbyarbeit steigt  
*„10 gute Gründe Mitglied zu werden“*



# Selbsthilfe = für sich und andere sorgen

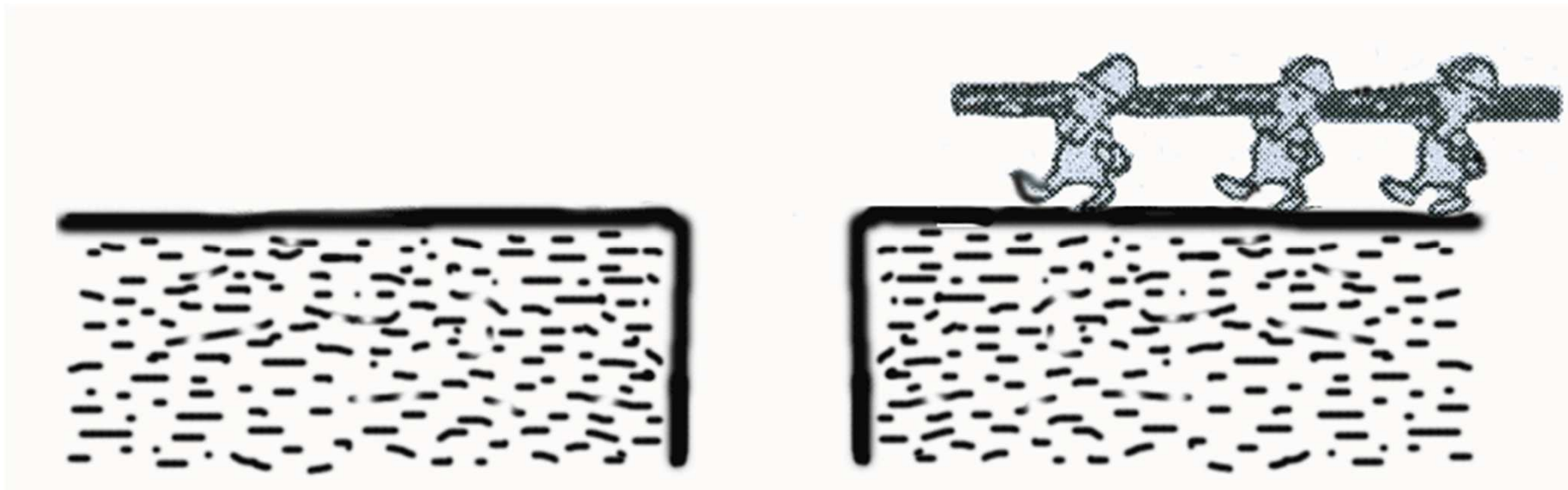
## These:

Je stärker die Ausrichtung der Gruppe als Dienstleister und (damit) je gewichtiger die Rolle der Gruppenleitung, um so größer ist die Gefahr der Marginalisierung der Gruppenarbeit und des alltäglichen Miteinanders in der Gruppe.



**Selbsthilfe ist, wenn du das Wort ergreifst,  
das dir im Halse steckengeblieben ist.**

F.-J. Schaarschuh



# Demografischer Wandel + Selbsthilfe 1

## Von besonderer Relevanz:

- steigender Anteil älterer Menschen
- erhöhter Pflegebedarf / abnehmendes Betreuungspotenzial
- Wandel in eine interkulturelle Gesellschaft („Migration“)
- die Zunahme der so genannten seltenen Erkrankungen
- zunehmend ungleiche Lebensumstände (Bevölkerungsverteilung, Infrastrukturen ...)
- tradierte Bindungen an Milieus, Glaubensgemeinschaften, lokalen Bezugsgruppen etc. verlieren an Bedeutung





# Demografischer Wandel + Selbsthilfe 2

## **Gefahr, überfordert zu werden:**

„Längerfristig stellt sich die Frage, ob (...) Selbsthilfegruppen zu kostengünstigen Beratungsstellen im Gesundheitswesen werden können, ohne sich selbst zu überfordern.“

(Nowak 2011)



# Selbsthilfe in ländlichen Regionen

## - spezifische Barrieren (u.a. nach J. Burmeister)

Selbsthilfe „auf dem Land“ und „in der (Groß-)Stadt“ unterscheiden sich in vielen wesentlichen Punkten nicht.

### *Jedoch zu beachten:*

- Selbsthilfekonzepte, die das Gespräch in den Mittelpunkt stellen, haben es „auf dem Lande“ noch schwer(er).
- Seelische Probleme, psychosoziale Begleiterscheinungen von chronischen Erkrankungen, Behinderungen etc. sind – stärker als in den anonymen größeren Städten – noch häufig tabuisiert.



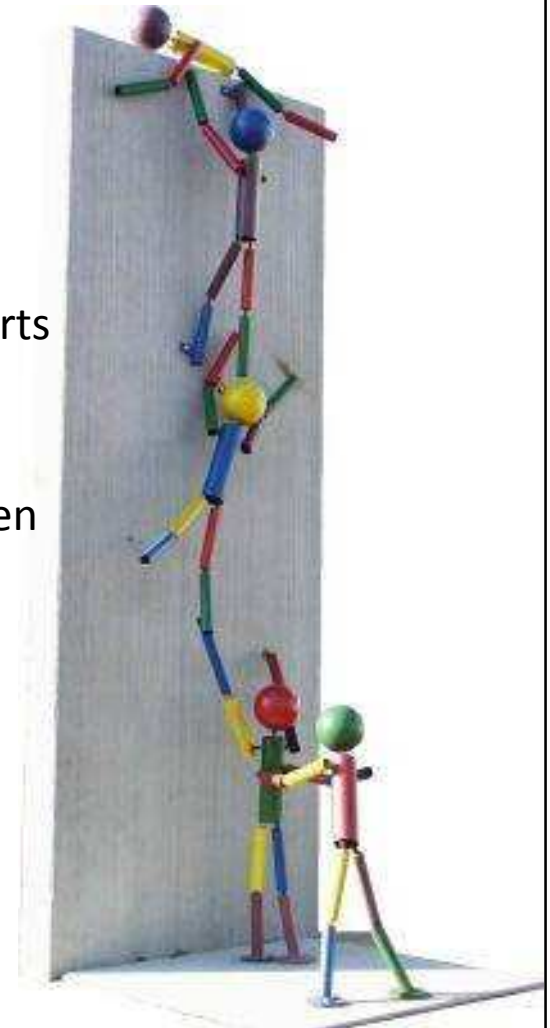
# Die spezifischen Barrieren ... 2

## Die „Mobilitäts-Barrieren“ in ländlichen Räumen setzen Grenzen.

- In den Landkreisen sind die Entfernungen oft recht groß,
- die Städte und Gemeinden sind verkehrstechnisch mancherorts nur schlecht verbunden.
- Nicht immer gibt es ein eindeutiges Zentrum im Landkreis; manche kreisangehörige Gemeinde orientiert sich an größeren Städten außerhalb der Kreisgrenzen.

## Die „Mobilitäts-Anforderungen“ der modernen Gesellschaft

- erschweren nachhaltiges Selbsthilfeengagement,
- gerade bei jüngeren Menschen.



# Die spezifischen Barrieren ... 3

## Das „Problem der kleinen Zahl“:

- Zu bestimmten Themen gibt es im näheren Umfeld der Interessierten nicht genug – *oder immer weniger!* – selbsthilfebereite Mitbetroffene.
- Das Zustandekommen einer Gruppe über das vertraute Umfeld hinaus (also stadt- bzw. kreisübergreifend) ist jedoch – nicht zuletzt aufgrund der Mobilitätsbarrieren – mit besonderen Schwierigkeiten verbunden.
- Die zunehmende „Aus-Differenzierung“ der Selbsthilfe und der Bedeutungsgewinn der „seltenen Erkrankungen“ verstärken diese Entwicklung.



# Die spezifischen Barrieren ... 4

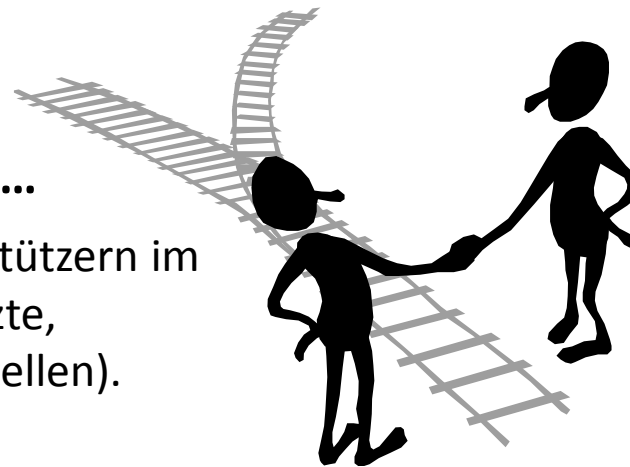
## Mangelnde Anonymität:

- Die für manche Selbsthilfethemen unverzichtbare Anonymität ist in ländlichen Regionen wesentlich schwerer zu realisieren als in Großstädten.
- → „Abwanderung“ der Selbsthilfe-Interessierten in (groß-)städtische Umfelder.



## „Selbsthilfe allein zu Haus“ ...

- Es fehlt an Selbsthilfeunterstützern im professionellen Bereich (Ärzte, Krankenhäuser, Beratungsstellen).



# Selbsthilfeaktivierung = „Anstöße geben“

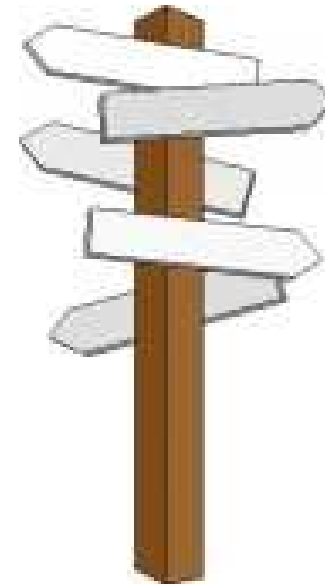
## Herausforderungen:

- ▣ der Zugang zur Selbsthilfe / zu Selbsthilfegruppen muss niederschwellig(er) werden
- ▣ Abkehr der Selbsthilfeunterstützung von der „Komm-Struktur“
- ▣ Selbsthilfe braucht „Orte der Begegnung“ und „Raum / Räume für Weiterentwicklungen“
- ▣ „Selbsthilfe-freundliche“ Krankenhäuser, Arztpraxen, Beratungsstellen, stationäre + ambulante Einrichtungen  
→ „Selbsthilfeaktivierung“



# „Anstöße geben“ + „neue Wege gehen“

- ▣ „indikationsübergreifende Selbsthilfegruppen“
- ▣ Social Media („virtuelle Selbsthilfe“) kombinieren (!) mit Selbsthilfe-originären Formen des Miteinanders
- ▣ Öffnung hin zum bürgerschaftlichen Engagement (Nachbarschaftsinitiativen etc.)



# inGangSetzer®



- ▣ „Aller Anfang ist schwer“ ...
- ▣ In-Gang-Setzer sind ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen der örtlichen Selbsthilfe-Kontaktstelle.
- ▣ Sie sind nur zeitlich begrenzt in der Gruppe dabei (vorrangig in der Startphase).
- ▣ **Zu den Anliegen und Themen der Gruppe bringen sie sich nicht ein!**



- ▣ „die 1.000-ste In-Gang-Setzung“
- ▣ [www.in-gang-setzer.de](http://www.in-gang-setzer.de)







***„Besten Dank  
für Ihre  
Aufmerksamkeit !“***

**Kontakt:**

**Andreas Greiwe**

Der Paritätische Nordrhein-Westfalen

Telefon: 02572 / 95 35 66

Email: [greiwe@paritaet-nrw.org](mailto:greiwe@paritaet-nrw.org)

