

Marnie Bartel-Borrmann

Gründung einer „Fachgruppe Junge Selbsthilfe“ im September 2022

Wer, wie, was, warum?

Die NAKOS hat am 06. September 2022 eine bundesweite Fachgruppe zur Jungen Selbsthilfe gegründet. Übergeordnetes Ziel der Gruppe ist es, den fachlichen Austausch zu fördern. Die Fachgruppe bietet Vertretenden der Selbsthilfekontaktstellen aus allen Bundesländern den Rahmen, sich über die Grenzen des eigenen Bundeslandes hinaus zur Jungen Selbsthilfe fachlich auszutauschen und voneinander zu lernen.

Im ersten Schritt wurden die Ansprechpartner*innen für Junge Selbsthilfe für jedes Bundesland recherchiert. Diese sind in Form einer Liste auf dem Portal www.nakos.de veröffentlicht. Die Ansprechpartner*innen sind (zunächst) die Teilnehmenden der Fachgruppe. Eine Öffnung der Gruppe für weitere engagierte und interessierte Selbsthilfeunterstützende wird in einem zweiten Treffen noch in diesem Jahr gemeinsam abgestimmt. In der Fachgruppe soll es künftig explizit um die Themen der Teilnehmenden aus den Bundesländern gehen. Sie erhalten somit die Gelegenheit, ihre Situation oder auch Probleme in Bezug auf das Themenfeld zu schildern sowie Fragen, Anliegen oder auch Projektideen und so weiter zur Diskussion zu stellen.

Die Treffen finden online mit dem datenschutzkonformen Videokonferenzsystem BigBlueBotton statt. Über die Häufigkeit und den Umfang nachfolgender Treffen wird ebenfalls im zweiten Treffen abgestimmt. Marnie

Bartel-Borrmann ist Projektmitarbeiterin im NAKOS-Projekt „Junge Selbsthilfe finden, sichtbar machen und Zugänge eröffnen“. Sie organisiert und moderiert die Treffen.

Impressionen aus dem ersten Treffen

Am ersten zweistündigen Treffen nahmen elf Ansprechpartner*innen aus neun Bundesländern sowie die Projektleiterin des oben genannten Projektes Katharina Pretscher und die Werkstudentin Julia Husemann (beide NAKOS) teil. Im Vordergrund stand das gegenseitige Kennenlernen und eine Art Bestandsaufnahme zur Jungen Selbsthilfe in den Bundesländern. Wie sich zeigte, haben die Ansprechpartner*innen in ihrem Alltag unterschiedliche Berührungspunkte mit der Jungen Selbsthilfe. Einige Kolleg*innen haben eher koordinative Aufgaben im Themenfeld, wie Elke Tackmann aus dem Selbsthilfebüro Niedersachsen. Sie organisiert und moderiert zweimal jährlich einen bundeslandweiten Arbeitskreis zur Jungen



Erstes Treffen der bundesweiten Fachgruppe Junge Selbsthilfe. Quelle: NAKOS

Selbsthilfe, an dem auch die Bremer Kollegin Anneke Imhoff von der dortigen Selbsthilfekontaktstelle Netzwerk-Selbsthilfe Bremen e.V. teilnimmt. Andere haben „praktische“ Erfahrungen mit jungen Menschen im Sinne der klassischen Selbsthilfe-Unterstützungsarbeit wie die beiden rheinland-pfälzischen Ansprechpartnerinnen Daniela Reif (KISS Pfalz) und Barbara Wendels (SEKIS Trier e.V.). Vier der Ansprechpartnerinnen sind recht neu und arbeiten unter zwei Jahren in der Selbsthilfeunterstützung – teilweise auch erst wenige Monate.

Nach einem Grußwort der NAKOS-Geschäftsführerin Dr. Jutta Hundertmark-Mayer und einer kleinen Kennenlernrunde hielt Katharina Pretschner einen Kurzvortrag zu Aktivitäten der NAKOS im Bereich Junge Selbsthilfe. Darin ging es unter anderem um Zahlen und Fakten aus der aktuellen NAKOS-Umfrage „Selbsthilfe im Blick 2022“ (siehe Beitrag Seite 9). Diese waren für die Ansprechpartner*innen

sehr interessant, weil sie sich an dem Durchschnittswert von fünf bis sechs jungen Gruppen pro Selbsthilfe-Unterstützungseinrichtung messen konnten. Einige Selbsthilfeunterstützende konnten sich in dem Durchschnittswert wiederfinden, andere sahen große Diskrepanzen. Im ländlichen Raum lag die Zahl erheblich niedriger, im städtischen Bereich teilweise deutlich höher. Zudem bestätigten alle das eindeutige Ergebnis der Umfrage, dass junge Menschen am häufigsten Selbsthilfegruppen zu psychosozialen Themen wie Ängsten, Einsamkeit und Depressionen aufsuchen.

Daraufhin stellten sich die Ansprechpartner*innen ausführlich vor und beschrieben die Bedeutung der Jungen Selbsthilfe in ihrem Bundesland. Sie gingen auch auf ihre konkreten Aufgaben im Themenfeld (wie die Netzwerkarbeit) und die zeitlichen Ressourcen, die ihnen dafür zu Verfügung stehen, ein. Letztere sind sehr unterschiedlich.

Es ging während der Vorstellung des Öfteren um Kooperationen mit Bildungseinrichtungen. Auch hier werden sehr unterschiedliche Erfahrungen gemacht. Teilweise wurde von gut laufenden und vor allem verstärkten Kooperationen mit Universitäten (siehe Beitrag Seite 17) zur Aufklärung von Studierenden über Selbsthilfe berichtet. Andererseits erzählte eine Teilnehmerin von einer umfangreichen Akquiseaktion in verschiedenen Schulen, auf die keine Reaktion seitens der Bildungseinrichtungen folgte und demnach Frust erzeugte. In diesem Treffen fehlte die Zeit, um das Thema näher zu besprechen, sollte es doch zunächst um ein erstes Kennenlernen gehen.

Als nächstes wurde die Frage erläutert, was in der Jungen Selbsthilfe in dem jeweiligen Bundesland gut und nicht so gut läuft. Positiv sei beispielsweise ein hohes Interesse und eine große Offenheit von jungen Menschen an Selbsthilfegruppen: relativ viele Anfragen, ein bundeslandweiter Online-Stammtisch sowie ein Arbeitskreis, der „nur“ aus jungen Aktiven besteht. Nicht so gut lief zum Beispiel die Umsetzung von Junger Selbsthilfe im ländlichen Raum, die Finanzierung von Junger Selbsthilfe und wiederum die Kooperation mit bestimmten Bildungseinrichtungen. Abschließend wurden Themen gesammelt, über die sich die Ansprechpartner*innen zukünftig im Rahmen der Fachgruppe austauschen wollen. Es kam erfreulicherweise eine lange

und bunte Liste an Themen zusammen, hier ein paar Beispiele:

- NAKOS-Definition der Jungen Selbsthilfe – Überarbeitung und Anpassung
- Zielgruppenspezifische Öffentlichkeitsarbeit (auch Ausprobieren einzelner Methoden/Medien und anschließendem Erfahrungsaustausch)
- Kooperationserfahrungen mit Jugendhilfe-Trägern vor dem Hintergrund der Neuerung des Kinder- und Jugendstärkungsgesetzes im Jahr 2021
- Kooperation mit Bildungseinrichtungen
- Junge Selbsthilfe im ländlichen Raum
- Social Media (Nutzung, Pflege, Ressourcen ...)
- Gründung junger Gruppen
- Umgang mit jungen Gruppen (Methoden der Begleitung, Kontakt halten ...)

Alles in allem war das Gründungstreffen der Fachgruppe ein voller Erfolg. Ein zweites Treffen ist für Ende November 2022 geplant (nach Redaktionsschluss).

Für Fragen können Sie sich jederzeit an Marnie Bartel-Borrmann wenden. |

Marnie Bartel-Borrmann, NAKOS

Kontakt: marnie.bartel@nakos.de



SAVE THE DATE

Veranstaltungen der NAKOS 2023

2.-4. Februar 2023 | Fulda

Grundlagen der Selbsthilfeunterstützung
Seminar für Fachkräfte in Selbsthilfekontaktstellen (Einsteiger*innen)

17. März 2023 | 10-13 Uhr

Online-Supervision für Fachkräfte in
Selbsthilfekontaktstellen

27.-29. April 2023 | Berlin

Interventionen und Methoden in unterschiedlichen Phasen der Gruppenarbeit
Aufbauseminar 1 für Fachkräfte in Selbsthilfekontaktstellen – Methoden-Seminar

13.-15. Juli 2023 | Erkner (bei Berlin)

Grundlagen der Selbsthilfeunterstützung
Seminar für Fachkräfte in Selbsthilfekontaktstellen (Einsteiger*innen)

19.-21. Oktober 2023 | Leipzig

Krisen bewältigen und Überforderung vermeiden
Aufbauseminar 2 für Fachkräfte in Selbsthilfekontaktstellen (Fortgeschrittene)



12.-14. Juni 2023 | Erfurt

43. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
(DAG SHG)

Spruch des Halbjahres

Die kleinste soziale Einheit ist nicht der Mensch, sondern sind zwei Menschen.

(Bertolt Brecht, Dichter)

NAKOS INFO 126

Herausgeber:



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen
Otto-Suhr-Alle 115
10585 Berlin
Tel: 030 | 31 01 89 60
Fax: 030 | 31 01 89 70
E-Mail: selbsthilfe@nakos.de

Das Wissensportal zur Selbsthilfe:
www.nakos.de

Redaktion: Gesine Heinrich,
Michaela Nourrisson

Layout: Diego Vásquez

Druck: Kössinger AG
gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier
Auflage: 2.000

Erscheinungsweise: halbjährlich
Versand: an Personen und Einrichtungen,
die Selbsthilfegruppen unterstützen

Namentlich gezeichnete Beiträge werden von
den Autor*innen / Gruppen verantwortet.
Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung.

Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links.

Abdruck aller Fotos mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber*innen.

© NAKOS 2022

Eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

ISSN 1615-5890

Druck und Layout gefördert aus pauschalen Mitteln der
GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene.

