

Wie entstand eigentlich die Selbsthilfebewegung?

Die Idee der Selbsthilfe ist modern, historisch aber nicht neu. Die Selbsthilfe-Idee ist als eine gesellschaftliche Entwicklung zu begreifen, die in ihrer Entstehung wesentlich mit den Schutz- und Abwehrrechten der Bürger gegen den modernen Staat und mit sozialer Not und Verelendung durch die beginnende Industrialisierung zu tun haben. So haben Gewerkschaften, Wohlfahrtsverbände, Genossenschaften und ebenso Krankenkassen in Deutschland ihre Ursprünge auch oder gerade in der Idee der gemeinsamen Selbsthilfe von Betroffenen.

Um die Wende zum 20. Jahrhundert wurden diese Organisationen wesentliche Träger der sozialen und gesundheitlichen Sicherung. Inzwischen haben sie sich zu parastaatlichen Institutionen gewandelt; jedenfalls werden sie von den Bürgern vielfach so wahrgenommen, als unterschieden sie sich kaum von staatlichen Einrichtungen.



Sommerfest 2005

Foto: KISS

In der unmittelbaren Nachkriegszeit wurde aber auch ein ganz neuer, andersartiger, nicht auf überregional formale Organisation orientierter Selbsthilfe-Ansatz durch die amerikanischen Soldaten nach Deutschland gebracht: der der Anonymen Alkoholiker, deren erste Gruppen in den USA Mitte der 1930er Jahre entstanden waren. In den 1950er und 1960er Jahren gab es in der Bundesrepublik angesichts vielfältiger Versorgungslücken eine Vielzahl von Gründungen von Organisationen Behinderter und chronisch Erkrankter durch Betroffene und vor allem durch Angehörige. Zum Teil haben sich diese in der Zwischenzeit zu großen Trägern der professionellen Versorgung entwickelt, wie z. B. die „Lebenshilfe für das geistig behinderte Kind“ oder die „Rheuma-Liga“. Andere große Selbsthilfe-Organisationen wie der „Allergiker- und Asthmatiker-Bund“, die „Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft“ oder die „Frauenselbsthilfe nach Krebs“ sind zwar noch nicht zu professionellen Versorgungsanbietern geworden, sie begreifen sich allerdings wesentlich als Betroffenenzusammenschlüsse, die um eine bessere professionelle Versorgung, um Integration in die Gesellschaft und um Einfluss auf die sie besonders betreffende Gesetzgebung - im Wesentlichen die Sozialgesetzgebung - ringen.

Vieles von dem, was heute als „neue Selbsthilfe-Bewegung“ bezeichnet wird, hat sich im Westen der Bundesrepublik gewissermaßen als Nachwehe der gesellschaftspolitischen Entwicklungen von 1968 herausgebildet. Einige Wesensmerkmale der damaligen Aufbruchsgeneration waren davon gekennzeichnet, sich gegen staatliche – und was für den Selbsthilfebereich wichtig ist – gegen professionelle Bevormundung zu wenden, für die eigene Emanzipation einzutreten und selbstorganisiert und eigenverantwortlich die Gesellschaft mitzugestalten. Insbesondere zunächst im Frauenbereich gab es seit Anfang der 1970er Jahre die Gründung vieler Selbsthilfegruppen, die sich damals allerdings oft ganz anders nannten.

Gleichzeitig ging es vielen Engagierten um die Organisation von Foren zur persönlichen Selbsterfahrung. Schließlich organisierten sich ab etwa Mitte der 1970er Jahre vielfältige Gruppen im Gesundheitsbereich, von denen die meisten besonders die psychosozialen Aspekte der jeweiligen Problemlagen betonten.

Seit Mitte der 1970er Jahre kann man von einem stürmischen Verlauf des Wachstums von Selbsthilfegruppen reden. So wurden die 1970er Jahre in den USA als „das Jahrzehnt der Selbsthilfegruppen“ bezeichnet. Die Entwicklung in den 1980er und 1990er Jahren ist bis jetzt ungebrochen. Gängigen Schätzungen zufolge gibt es bundesweit mittlerweile zwischen 70.000 und 100.000 Selbsthilfegruppen mit ca. 3,5 Millionen Engagierten zu fast jedem gesundheitlichen und sozialen Thema.

Selbsthilfegruppen sind also überschaubare kleine, zumeist informell organisierte Gesprächsgemeinschaften. Sie bilden sich und arbeiten in aller Regel wohnortnah im Grenzbereich zwischen Öffentlichkeit und Privatheit. Sie beschäftigen sich nicht nur mit Krankheiten und deren Bewältigung im engeren Sinne, sondern wesentlich auch mit deren Begleitumständen sowie mit einer Vielzahl psychischer und sozialer Lebensumstände. Im Mittelpunkt der Arbeit stehen das gemeinsame Gespräch und die gegenseitige Hilfe. Nach dem Motto „Reden und Handeln“ entwickeln Gruppen eine Vielzahl von Aktivitäten und Tätigkeiten.

Die Teilnehmenden informieren und beraten sich gegenseitig, tauschen Erfahrungen mit gemeinsamen Problemen aus und geben sich gegenseitige Hilfestellung für den Umgang mit ihren Schwierigkeiten. Die Information, Beratung und Hilfe bezieht sich sowohl auf den Alltag als auch auf den Umgang mit Professionellen und Behörden. In der Gruppe und durch die Gruppe werden andere Verhaltensweisen gelernt. Kontakte, Geselligkeit und gemeinsame Freizeitgestaltung liefern den Rahmen und den Hintergrund für weitere Aktivitäten. Durch das Eingebundensein in Selbsthilfegruppen und die Verminderung von Isolation lassen sich viele gerade psychosoziale Folgeprobleme lösen oder sogar präventiv vermeiden.

Die Wirkung von Selbsthilfegruppen reicht allerdings weit über die einzelnen Teilnehmenden hinaus. Das Zutrauen in eigene Kompetenz und Fähigkeiten findet im Alltag, in der Familie, mit Freunden und in den Arbeitsbeziehungen seinen Niederschlag. Das führt auch dazu, dass die Einzelnen gezielter und leichter professionelle Hilfe finden können und dass sie zu kundigeren Gegenübern für professionelle Helfer werden. Selbsthilfegruppen sind eine Ergänzung der medizinischen und psychosozialen Versorgung der Bevölkerung. Gleichzeitig sind sie ein Korrektiv für die Angemessenheit und Leistungsfähigkeit der professionellen Versorgung.

Gab es in der DDR schon Selbsthilfe?

Im Jahr 2015 und 2016 feierten zahlreiche Vereine und Verbände der Behinderten(selbst)hilfe in Ostdeutschland ihr 25-jähriges Jubiläum. Das heißt, diese Vereine und Verbände haben sich erst 1990/91, also nach dem Fall der Berliner Mauer, gegründet. Diese Tatsache veranlasst dazu, darüber nachzudenken, ob es vorher schon Menschen mit Behinderungen gegeben hat, welche sich für die eigenen Rechte engagiert haben oder in der Selbsthilfe aktiv waren. Mehrere Autor*innen publizierten bereits, dass es weder eine Behindertenbewegung noch Selbsthilfe, welche der in der BRD vergleichbar wäre, in der DDR gegeben hat.

Diese Tatsache liegt nahe, denn Selbsthilfe war in der DDR verboten. Eigenverantwortliches und selbstbestimmtes Handeln war unerwünscht, das Informations- und Meinungsmonopol beanspruchte die Staatsführung für sich und alles Gegenläufige wurde als feindlich-negativ eingestuft und bestraft. Jede Initiative, welche Gleichgesinnte zusammengeführt hätte, wurde vom DDR-Regime als subversive Gefahr angesehen. Nach staatlicher Auffassung entbehrte es im Sozialismus jeder Grundlage für Opposition und Widerstand. Offiziell ging es den Menschen im Land gut, der Staat kümmerte sich um alle Bürger*innen, warum sollte sich dann also eine Bewegung formieren? Dies bestätigt sich in Aussagen von Zeitzeugen: „Der DDR-Bürger war in Unfreiheit, das Leben sollte durch die Genossen, die immer Recht haben, wie sie sagen, bestimmt werden.“ oder „Selbsthilfe –das Wort gab’s gar nicht vor der Wende. Eine Selbsthilfegruppe, das war ein Ding der Unmöglichkeit, da wurde von Zusammenrottung gesprochen“.

Ist nun aber davon auszugehen, dass wenn es keine in der BRD vergleichbare Bewegungen gab, es überhaupt kein Engagement gab? Aufgrund der raschen Gründung besagter Vereine und Verbände unmittelbar nach dem Mauerfall liegt die

Annahme nahe, dass es informelle Formen des Engagements bereits vor 1989 gegeben haben muss. Im Zusammenhang mit den genannten Bedingungen im DDR-Staat kann dieses informelle Engagement als Widerstand oder Protest gedeutet werden.

Ausgehend von der Idee des realen Humanismus, welcher zur sozialistischen Gesellschaftsordnung und einer marxistisch-leninistischen Weltanschauung dazu gehörte, sollten behinder-



20 Jahre SHG Musik zum Wohlbefinden 2018
v.l.n.r. Dr. Ursula von Appen, Sabine Klemm, Uta Schwarz

Foto: KISS

te oder geschädigte Menschen als gleichwertige Mitglieder in die Gesellschaft aufgenommen werden. Da in der sozialistischen Ideologie alle Menschen gleich sind, wurde Behinderung nicht als gesellschaftliche Problematik erkannt und dementsprechend brauchte es auch keine Interessenvertretung behinderter Menschen und auch keine separaten Gesetze.

Den Begriff „Barrierefreiheit“ gab es in der DDR nicht, dadurch war die Mobilität beschwerlich und die meisten Rollstuhlnutzer*innen bewegten sich nur innerhalb eines begrenzten, bekannten und befahrbaren Terrains. Fahrstühle gab es nur in größeren Bahnhöfen und dann meist nur als Lastenaufzüge. Im Zug saßen Rollstuhlnutzer*innen entweder im Gepäckwagen oder im Vorabteil am Ausstieg neben der Toilette. In den Waggon selbst mussten sie durch Mitreisende hineingehoben werden. Die, zwar vom Staat unentgeltlich zur Verfügung gestellte, Versorgung mit technischen Hilfsmitteln war schlecht, da es an Materialien zur Herstellung mangelte. In diesem Zusammenhang wird die große, selbstverständliche Hilfsbereitschaft der nichtbehinderten Mitbürger*innen in der DDR, welche Menschen in Rollstühlen regelmäßig Treppen zu Discos, Kinos, Kneipen und Hörsälen hochtrugen, beschrieben.