

Selbstverständnis der Selbsthilfe vor dem Hintergrund aktueller Herausforderungen

Jahreskonferenz der Selbsthilfeverbände in der HLS (Hessische Landesstelle für Suchtfragen) am 24. Mai 2008 in Frankfurt

Rolf Hüllinghorst

Anrede

Ich möchte meinen Vortrag mit zwei Beispielen beginnen, in denen vielleicht etwas von der Veränderung spürbar wird, über die wir heute reden wollen.

Erstens: Im letzten Jahr besuchte die Drogenbeauftragte der Bundesregierung, Sabine Bätzing, eine Fachklinik. Am Nachmittag war ein Austausch mit Selbsthilfegruppenbesuchern aus der Region vorgesehen. Man saß zusammen und Frau Bätzing forderte dazu auf, doch von der Arbeit zu berichten. Zu meiner Überraschung (und vielleicht auch Entsetzen) wurde dann erzählt: Von Besuchen in Schulklassen, von Prävention, von Arbeitskreisen und vielen anderen Dingen – aber die Arbeit in den Gruppen wurde mit keinem Wort erwähnt. Keine Pflicht, sondern nur Kür. Das ist vielleicht die richtige Entscheidung für die Menschen, die das tun. Aber ohne Gruppenarbeit gibt es keinen Nachwuchs für die Kür – und die Selbsthilfe in Gruppen ist die Basis aller Arbeit!

Zweitens: Vor einiger Zeit besuchte ich eine Gruppe, und gegen Ende wurde über eingegangene Post gesprochen – man glaubt gar nicht, was Selbsthilfegruppen da alles geschickt wird. Unter anderem das Angebot eines „Ehrenamts-Passes“ für die Bürger, die sich ehrenamtlich (das ist eigentlich der falsche Begriff, denn es handelt sich in der Regel um freiwilliges Engagement) mehr als 100 Stunden im Jahr engagieren. Dafür gibt es Rabatte auf städtische Angebote.

Ein Gruppenbesucher (seit mehr als 10 Jahren) sagte dann auch sofort: „Dann füllen wir das doch für uns alle aus.“ Und der Schriftführer antwortete: „Ich unterschreibe das nicht.“ Er war der – richtigen – Meinung, dass es doch nicht angehen könne, dass jemand allein dafür, dass er für sich regelmäßig die Gruppe besucht, eine Vergütung bekommt. Sondern dass dahinter ein Engagement stecken müsse, etwas Besonderes geleistet werden muss. Selbsthilfe oder freiwilliges Engagement?

Vielleicht merken Sie es schon: Es geht sowohl mit den Begrifflichkeiten als auch mit der Vorstellung, was sich hinter dem schillernden Begriff „Selbsthilfe“ verbirgt, mächtig durcheinander. Und das vor dem Hintergrund von Veränderungen, mit denen sich die Gruppen auseinandersetzen müssen.

Ich möchte meinen Vortrag mit sieben Thesen beginnen, um mich dann sieben Fragen zuzuwenden die sich damit beschäftigen, wie Suchtselbsthilfe ihren Weg in die Zukunft finden könnte. Aber bevor ich das nun endlich mache, doch noch eine Bemerkung: Ich bin ein Verfechter der „reinen“ Selbsthilfe in Gruppen. Ich vertraue darauf und ich weiß, dass Gruppen

bessere Lösungen finden; dass der Besuch von Selbsthilfegruppen keine Nebenwirkungen hat und dass es die Menschen in der Gruppe mit ihren Geschichten sind, die diese Wirkungen auslösen können.

1. Suchtselbsthilfe ist erfolgreich; Suchthilfe ist erfolgreich.

Wenn ich gefragt werde, was ich beruflich mache und dann mit meiner Funktion antworte, so höre ich ganz häufig: Da haben Sie ja einen schweren Job. Mit suchtkranken Menschen umzugehen! Und ich antworte, dass es genau umgekehrt ist: Die Behandlungserfolge sind – wenn dann eine Behandlung begonnen wird, wenn Hilfe gesucht wird – so gut wie bei keiner anderen chronischen Erkrankung. Und diese Erfolgsquoten von mehr als 60 % finden wir in Selbsthilfegruppen ebenso wie in Beratungsstellen und in Fachkliniken. Interessant dabei ist auch, dass bei allen Forschungen festgestellt wurde, dass es keine signifikante Unterschiede zwischen den einzelnen Therapiemethoden gibt – eben nur den mit der Motivation zur Abstinenz und der menschlichen Begleitung zu erklärenden Erfolg. Der verlängert wird, wenn es eine funktionierende Nachsorge gibt, und die beste Nachsorge ist der Besuch einer Selbsthilfegruppe.

2. Suchtselbsthilfe als Vorreiter für gesundheitliche Selbsthilfe

Ich möchte hier und heute nicht die Geschichte der Selbsthilfe beschreiben, aber einige Gesetzmäßigkeiten sind doch erwähnenswert. Nachdem die Anonymen Alkoholiker die Gruppenselbsthilfe mit nach Deutschland gebracht hatten, wandten auch die anderen, bis dahin als Abstinenzverbände tätigen Organisationen wie Blaues Kreuz, Kreuzbund und Guttempler, die Arbeit der Gruppenselbsthilfe als Methode ein. Bis dann Julius Ilsen als der erste ehemals Abhängige Vorsitzender des Kreuzbundes wurde.

Parallel dazu entstanden – auf der Basis der Bücher von Moeller und Richter - die so genannten psychosozialen Gruppen. Gesprächsgruppen, in denen sich Menschen mit gleichen Problemen trafen, um sich gegenseitig, manchmal mit Unterstützung von Experten, zu helfen.

Der nächste Schritt war die Gründung von Selbsthilfe-Kontaktstellen, die sich als Unterstützer verstanden, die Voraussetzungen für Selbsthilfegruppen schafften, die am Anfang halfen, Öffentlichkeitsarbeit machten und sich als Motor für die Idee der Selbsthilfe in Gruppen, vornehmlich auf kommunaler Ebene, verstanden.

Hier ging es jetzt nicht mehr um Pfennige, die als Unterstützung gezahlt wurden, sondern hier ging es jetzt um größere Beträge, um Personalkosten. Selbsthilfe wurde zum Inhalt von Gesundheitspolitik, zur „Säule“ und wird inzwischen nach § 20 Abs. c SGB V finanziert. Dabei war es immer die Sucht-Selbsthilfe, auf die geschaut wurde, die quasi als Modell dargestellt wurde und um die man sich nur wenig kümmern musste, weil es ja „lief“.

Nur der guten Ordnung halber sei noch dazu gestellt, dass sich mit der Möglichkeit der Finanzierung eine Reihe von ehemals Behindertenverbänden zu Selbsthilfeverbänden umfirmiert haben und sich damit auch der Begriff der Selbsthilfe auf der Basis der eigenen Betroffenheit, des eigenen Expertentums, wesentlich verbreiterte.

Fazit: Die Suchtselbsthilfe war einer der Wegbereiter für den Siegeszug der Selbsthilfe in Deutschland.

3. Entwicklung professioneller Selbsthilfe-Unterstützung

Ich habe eben bereits die Gründung der Selbsthilfe-Kontaktstellen angesprochen, in denen Kolleginnen und Kollegen beschäftigt sind, die sich in erster Linie als Selbsthilfeunterstützer sehen. Aber auch hier war die Entwicklung im Suchtbereich schneller: Bereits 1979 beschäftigten die Guttempler den ersten Praxisberater für Selbsthilfegruppen, und 1981 finanzierte die damalige BfA bereits die ersten fünf Stellen im Bereich der Suchtselbsthilfeverbände.

Was ist nun Selbsthilfeunterstützung? Das Spektrum ist so breit, dass wir es zum Thema unserer nächsten Sucht-Selbsthilfe Konferenz gewählt haben, die vom 25. bis zum 27. April 2008 in Erkner bei Berlin durchgeführt wird. Idealtypisch gibt es heute Selbsthilfeunterstüt-

zung auf zwei Ebenen: Horizontal vor Ort durch die örtliche Selbsthilfekontaktstelle, vertikal durch den Verband. In meinen Augen wäre es optimal, dass Selbsthilfegruppen all das, was sie brauchen, als Sachleistung bekommen: Räume, Fortbildung, Öffentlichkeitsarbeit, Kommunikation. Dem steht die Selbsthilfeförderung der Krankenkassen diametral gegenüber, und auch Verbandsfunktionäre sind selbstverständlich anderer Meinung als ich. Dabei geht es mir aber auch nur um die Gruppen vor Ort: Hier sollte (öffentliches) Geld keine Rolle spielen.

4. Weniger Nachfrage nach Sucht-Selbsthilfe

Vielleicht ist es zu drastisch ausgedrückt, aber ich will es dennoch so sagen: Die Selbsthilfeverbände verlieren Mitglieder. Mitglieder, die in der Regel fünf bis sieben Jahre Mitglied waren, die Beitrag gezahlt haben, und bei einigen von ihnen haben wir damit gerechnet, dass sie uns Arbeit in der Gruppe abnehmen, dass sie mitarbeiten würden. Und dann gehen sie. Häufig ohne ein Wort darüber zu verlieren mit all der Unsicherheit, die dann in die Gruppe getragen wird. Wer war Schuld? Und da sie oder er ja nicht mehr da sind, kann die Schuld denen gegeben werden, die die Gruppen verlassen haben.

Wir verlieren Mitglieder, weil es Streit gab, weil die einen flexibel die Arbeit mit abhängigen Menschen in den Mittelpunkt stellen, und die anderen Satzung und Geschäftsordnung mit sich herum tragen und anderen und neuen Mitgliedern keine Luft zum Atmen und zur Entwicklung geben.

Die Gruppen überaltern, die Angehörigen sind in der Mehrheit, weil Alkohol und Tabak vorzeitig töten. Die Dynamik ist nicht mehr da, die Konfrontation mit Neuen, mit dem Leben von heute, findet nicht mehr statt und gepflegte Langeweile, gepaart mit den Aussagen, dass alles schon einmal da war und dass es doch keinen Zweck hat, machen sich breit.

Das alles trifft auf Sie, verehrte Anwesende, ja sicherlich nicht zu.

Was aber viel schlimmer als der Verlust von Mitgliedern ist, ist das Wegbleiben neuer Freunde. Hier beginnt es wirklich tödlich zu werden: In den Gesprächsgruppen, in den Selbsthilfegruppen, in den Gemeinschaften reißt der Gesprächsfaden ab, und es macht wahnsinnig viel Mühe, diesen Faden wieder aufzunehmen, anzuknüpfen.

Sie kennen das: In einer Gruppe herrscht Leben, wenn es eine gute Mischung von Besuchern gibt. Da sind die Freunde, die schon lange abstinent leben und zeigen, dass es geht. Sie sind die Identifikationsfiguren, obwohl man mit ihren Geschichten, die zwanzig und mehr Jahre zurück liegen, nicht mehr so ganz viel anfangen kann. Aber sie haben es geschafft! Dann sind da die Menschen, die zwar noch strampeln müssen, die aber auf dem richtigen Weg sind, deren Geschichten Realität sind, die sich auseinander setzen, mit denen ich mich austauschen möchte. Und die Bewegung kommt durch Besucher, die das erste, zweite, dritte oder vierte Mal da sind. Sie stellen die Fragen, die auch uns immer wieder zum Nachdenken bringen, sie sind das Salz in der Suppe der Erzählgemeinschaft. Wir brauchen sie nicht nur, weil wir ihnen helfen wollen – sie helfen auch uns!

Weniger Mitglieder und keine neuen Besucher – wenn das nicht zwei starke Gründe für ein Nachdenken über Veränderung sind!

5. Die Situation der Suchtkrankenhilfe bei veränderten Rahmenbedingungen in der professionellen Hilfe

Wenn sich jemand dazu entschlossen hat, sich mit seiner eigenen Abhängigkeit auseinander zu setzen, sei es, in eine Gruppe oder in eine Beratungsstelle zu gehen, hat er außerordentlich gute Chancen, sein Problem zu lösen. Ungefähr 200.000 Menschen mit Alkoholabhängigkeit suchen jedes Jahr um Hilfe nach – das wären genügend für alle Selbsthilfeverbände. Aber es kommen immer weniger in die Gruppen. Ich glaube, dass es dafür unterschiedliche Gründe gibt.

Da ist einmal die sich sehr stark entwickelnde ambulante Rehabilitation. Wenn die professionellen Helfer nicht intensiv auf Selbsthilfe hinweisen, reicht den Menschen in der Regel diese

kleine Gruppe, die sich häufig aus einer therapeutischen Gemeinschaft zu einem Kreis von Freundinnen und Freunden entwickelt hat.

Dann gibt es immer mehr Menschen, die über ein Umfeld verfügen welches es ihnen ermöglicht, relativ problemlos alkoholfrei zu leben.

Und es gibt Menschen, die völlig falsche Vorstellungen von Selbsthilfe haben.

Und es kommen Menschen mit einem relativ großen Unterstützungsbedarf in die Gruppen, die häufig die Gruppen überfordern, weil uns die Menschen fehlen, die über mehr Selbsthilfepotenzial verfügen und dies auch zur Verfügung stellen.

6. Weniger Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung

Es sind nicht nur die traditionellen Verbände, die über mangelndes Engagement klagen. Die AA finden kaum mehr Freunde, die „dienen“ wollen, wie man dort die Arbeit in Funktionen nennt. Aber auch die freiwilligen Feuerwehren sind auf der Suche nach neuen Hauptmännern, und die Erhöhung der Übungsleiterpauschale zeigt auch, dass es Probleme im Sportbereich gibt, genau diese Übungsleiter zu motivieren. Über Mitgliederverluste bei Parteien, Kirchen und Gewerkschaften wissen Sie alle genügend Bescheid. Und interessant in dem Zusammenhang ist auch, dass immer neue Verbände im Bereich der Wirtschaft gegründet werden, weil die Vertretungsansprüche sich verändern und differenzieren. Es ist heute wirklich schwierig, als Verband zu bestehen und zu überleben!

Wenn uns dann aber in Sonntagsreden – vorrangig bei Jubiläen - immer wieder erzählt wird, dass das freiwillige Engagement unseren Staat trägt und dass es ohne das Ehrenamt nicht geht, dann freuen sich zunächst alle - auf der gleichen Veranstaltung beraten dann die Vorstände, wie sie alle ihre Funktionen noch besetzen sollen.

Aber das ist kein Widerspruch: Man ist ja bereit, sich zu engagieren. Aber nur begrenzt, selten über Jahre und ganz selten lebenslang. Und die Sache muss überschaubar sein. Und ich muss mich verwirklichen können, ich möchte ernst genommen werden, ich möchte vorkommen, und das Ganze darf nicht auch noch Ärger machen. Und die Menschen, die in Versammlungen die anderen mit Paragraphen nerven – die sind mega out.

7. Das Kerngeschäft ist nach wie vor notwendig

Suchtselbsthilfe war und ist erfolgreich; die Suchthilfe war erfolgreich, und die gesellschaftliche Einstellung zu Suchtmitteln und dem Umgang damit hat sich verändert – und verändert sich weiter. Aber das Problem hat noch immer einen ungeheuren Umfang. Das bedeutet, dass wir viel mehr Selbsthilfe in Gruppen benötigen, dass es mehr Menschen sind, die in unsere Gruppen kommen könnten. Ich behaupte: Unsere Hilfe ist notwendig, vor allen Dingen das Kerngeschäft der Gruppenselbsthilfe, aber vielleicht sind Veränderungen notwendig.

2. Teil

Auf unserer Fachkonferenz SUCHT 2007, die sich in der letzten Woche in Mannheim mit dem Thema Alkohol befasste, referierte Jürgen Matzat von der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen – und der lobte die Suchtselbsthilfe, um ihr dann ein paar Fragen zu stellen, deren Beantwortung sie zukunftsfähig machen sollte.

Ich möchte gemeinsam mit Ihnen versuchen, Antworten auf die Frage „Wo findet die Suchtselbsthilfe ihren Weg in die Zukunft?“ Nicht in dem Sinne, dass es so sei, sondern in dem Sinne, dass sich ein Gespräch darüber entwickeln kann.

1. Reformen oder Strukturwandel?

Die Einführung der Selbsthilfe als Methode in den 60er Jahren würde ich als einen absolut notwendigen Strukturwandel bezeichnen, der insbesondere die Abstinenzverbände vor dem Sturz in die Bedeutungslosigkeit bewahrt hat. Wenn nun die Inanspruchnahme massiv zurück geht (vielleicht nicht in Rheinland-Pfalz?), dann muss man sich ja fragen, ob wir wieder einen Strukturwandel benötigen – und wie der aussehen könnte – oder aber ob es reicht, wenn reformiert wird, also das Angebot verändert, die Intervention verlagert oder aber die Art und Weise der Gruppen an zu passen sind.

Bis jetzt lautet meine Antwort darauf: Parallel zur Entwicklung der Selbsthilfe seit den 60er Jahren fand eine massive Ausweitung des professionellen Hilfeangebotes statt, und insbesondere im Bereich der illegalen Drogen lag der Schwerpunkt eindeutig bei den Interventionen durch professionelle Helfer, Selbsthilfe kommt selten vor. Heute muss es darum gehen, die professionellen Mitarbeiter zu einer neuen Art der Zusammenarbeit zu bewegen.

Ich glaube, dass wir inzwischen in einer selbsthilfefreundlichen Gesellschaft leben, dass das aber noch nicht bei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern angekommen ist. Vielleicht gilt es hier, gemeinsam an neuen Herangehensweisen zu arbeiten; wirklich ernsthaft darüber zu sprechen, wer was besser kann und darauf zu verweisen, dass Selbsthilfe auch im Suchtbereich nicht Bestandteil des Hilfesystems in dem Sinne ist, dass Handlangertätigkeiten zu verrichten sind, sondern dass es um eigenständige Aufgaben geht und dass die Selbsthilfe auch Aufgaben als Patientenvertretung zu übernehmen hat. Nicht die Profis sind für die Selbsthilfe und deren Arbeit zuständig, sondern die Selbsthilfe muss darauf achten, dass Abhängigkeitskranke die Hilfe bekommen, die sie benötigen und die ihnen zusteht.

Und noch einmal in die Selbsthilfe hinein: Solange ich Gruppen kenne, die aktiv sind, in die neue Menschen kommen, in die auch junge Menschen kommen, sehe ich keine Notwendigkeit des Strukturwandels. Aber die Rahmenbedingungen dieser Gruppen zu übertragen, bekannt zu machen und zu beachten – das wird die Aufgabe sein. Und dann werden einige Gruppen feststellen, dass sie es sich abschminken können, auf neue Besucher zu warten. Sie sind viel zu festgelegt, sie sind viel zu wenig offen. Wenn man alles besser weiß, hat man den Gesprächsfaden in einer Erzählgemeinschaft schon abgeschnitten.

Zu diesen beiden Begriffen: Offenheit und Erzählgemeinschaft, komme ich noch einmal in meinem Fazit zu sprechen.

2. Selbsthilfe oder Versorgungsauftrag?

Häufig wundere ich mich: Da fordern Politiker oder andere Funktionäre öffentlich und ohne Rückkopplung, dass Selbsthilfe Aufgaben übernehmen sollte und beschreiben diese auch noch detailliert. Und noch mehr wundere ich mich dann, wenn ein Selbsthilfeverband auch noch darauf reagiert und in etwa sagt: Das ist eine gute Idee, das werden wir übernehmen, probieren, tun.

Nach meinem Verständnis von (Gruppen-)Selbsthilfe geht das nicht. Was mit wem und wann besprochen wird, entscheidet ganz allein die Gruppe. Wenn der Verband entsprechend kommuniziert, gelingt es sicherlich, dass auch über neue Anforderungen nachgedacht wird, aber generell sind wir uns sicherlich darüber einig, dass Selbsthilfegruppen umso besser sind, je enger das Thema gesteckt ist. Als Beispiel kann man z. B. darauf hinweisen, dass es natürlich möglich ist, Betroffene und Angehörige in einer Gruppe zu haben und es gibt viele gute Beispiele, dass es geht. Aber es gibt auch viele beeindruckende Schilderungen aus Gruppen von Angehörigen, die eben nicht gemeinsam mit ihren betroffenen Partnern ihre Probleme besprechen wollen.

Natürlich kann man sagen, dass das Phänomen, die Krankheit „Abhängigkeit“ das Oberthema ist und dass es Gruppen gibt, in die Alkoholabhängige und Spieler, evtl. auch Abhängige von illegalen Drogen gehen. Das bedeutet aber immer, nicht sofort auf einer Ebene zu sein, sondern diese Ebene immer erst neu schaffen zu müssen. Das kann zusätzliche Auseinandersetzungen schaffen und genau die Kraft kosten, die man eigentlich für die gemeinsame Gruppe benötigt.

Selbstverständlich wäre es schön, wenn wir sagen könnten: Wir haben Defizite an Gruppen für junge Leute, für Migranten, für alte Leute, für Arbeitslose – die Liste ließe sich beliebig

fortsetzen – und die Verbände sorgen nun dafür, dass es entsprechende Gruppen gibt. Das ist aber professionell gedacht – nicht selbsthilfefreundlich.
(Hinweis auf Selbsthilfeunterstützer und Gruppenaufbau)

3. Betroffenenkompetenz oder Professionalisierung?

Darüber kann man trefflich streiten: Wer weiß es besser – der alte Hase aus der Selbsthilfe oder die Berufsanfängerin? Eigentlich kann man gar nicht streiten, denn der „alte Hase“ hat sicherlich mehr Kompetenz. Aber nur über seine Betroffenheit und das, was er sich im Lauf der Jahre angeeignet hat. Irgendwann ist damit Schluss. Es kann nicht Ziel der Selbsthilfe sein, Semi-Professionalisierung zu erreichen. Das Thema meines Vortrages sagt es: Schuster, bleib bei deinen Leisten. Ich muss mir darüber klar sein, dass ich mein Wissen, meine Kompetenz und auch mein Selbstbewusstsein daraus ziehe, dass ich eine Gruppe besuche und hier sowohl gebe als auch nehme.

Für mich geht es um mehrere Schritte: Da ist das Leben in der Gruppe, in der Erzählgemeinschaft. Immer wieder geht es nur um das eine: Wie bleibe ich trocken, wie gestalte ich mein Leben ohne Alkohol, ohne Suchtmittel? Wenn ich diese Runde mehrfach gedreht habe, komme ich zu der Frage: Was nun? Und ich kann mein Wissen weitergeben: Ich arbeite freiwillig mit. Ich leite Gruppen, ich gehe ins Krankenhaus oder in die Fachklinik. Freiwillig bedeutet dabei, dass ich selbst und ganz allein darüber entscheide, wie oft, wie lange und mit welcher Intensität ich das tue. Ich biete meine Arbeitskraft an – ich kann sie auch wieder zurück nehmen. Diese Freiwilligkeit grenzt sich ab von der ehrenamtlichen Tätigkeit. Auch die ist freiwillig, aber ich habe, zum Beispiel durch eine Wahl, ein Amt übernommen. Dadurch sind zumindest das Aufgabenfeld und die Dauer der Tätigkeit beschrieben. Nur – und darüber muss ich mir klar sein, Basis dieser Tätigkeiten ist weiterhin der Gruppenbesuch. Denn auf Dauer reicht es nicht, was ich einmal erfahren habe – auch Betroffenenkompetenz muss immer wieder erworben werden.

Dazu ein Beispiel: Wenn Sie heute in Gruppen gehen, dann stellen Sie fest, dass es durchaus noch vorkommt, dass jemand massiv konfrontiert wird. Und vielleicht erkennt man über das Handeln in der Selbsthilfegruppe noch den Therapeuten aus der Klinik, der so gehandelt hat und Identifikationsobjekt war. Was wir heute aber wissen ist, dass fast alle Interventionen gleichermaßen wirken. Was aber ganz bestimmt nicht wirkt, ist die Konfrontation. Betroffenenkompetenz reicht kein ganzes Leben und ersetzt kein professionelles Handeln.

4. Gruppe und Verband: Selbsthilfe nach innen oder außen?

Ein schwieriges Thema für mich, denn hier und heute gibt es sicherlich mehr Funktionäre aus den Selbsthilfeverbänden als Gruppenbesucher. Stellen wir die Frage einmal anders: Wer könnte ohne wen überleben? Ich bin ziemlich sicher, dass eine funktionierende Gruppe auch ohne einen Verband überleben kann – ein Verband langfristig aber nicht ohne Gruppen. Deshalb ist es die erste, zweite und dritte Aufgabe eines Verbandes, dafür zu sorgen, dass seine Gruppen gut arbeiten können. Das fängt an mit den Rahmenbedingungen Raum, Wissen und Kommunikation (und in der Regel sorgen die Gruppen schon selbst dafür) und geht weiter mit der Vermittlung des spirituellen Hintergrundes nach innen. Warum tue ich die freiwillige Arbeit? Ist lediglich meine eigene Betroffenheit der Antrieb, oder geht es nicht auch um das, was als Nächstenliebe, Mitmenschlichkeit oder Hilfsbereitschaft beschrieben wird? Die Menschen sind heute auf der Suche nach Spiritualität und hier liegt eine wichtige Aufgabe des Verbandes.

Eine weitere Aufgabe des Verbandes ist es, die Selbsthilfe und die Inhalte der Selbsthilfe nach außen zu vertreten. Das ist nicht so leicht wie es sich sagt, denn auch hier geht es nicht darum, sich an jeder Diskussion zu beteiligen – dafür habe ich selten ein Mandat von den Gruppen – sondern die Leistungen des Verbandes durch die Gruppen nach außen zu tragen.

Der Verband wird gehört, weil er Betroffenenkompetenz vertritt, weil er sich auf dieser Basis auch als Patientenvertreter verstehen kann – das sollte es dann aber auch sein.

5. Eigenfinanzierung oder öffentliche Finanzierung und Sponsoring?

In Bezug auf Finanzierung ist die Selbsthilfe ins Gerede gekommen. Da gibt es Gruppen im Krebsbereich, die sich dafür einsetzen, dass die „richtigen“ Medikamente verschrieben werden. Da ist es kein Wunder, dass sich die Pharmaindustrie leicht tut, hier zu spenden und zu unterstützen.

Diese Gefahr ist im Bereich der Selbsthilfegruppen Suchtkranker nicht so leicht gegeben, denn da gibt es einen erheblichen Abgrenzungswillen. Es ist einfach so, dass die Alkoholindustrie 50 % ihres Umsatzes mit 10 Prozent der Bevölkerung macht – und das sind die potenziellen Kunden unserer Gruppen.

Sucht ist auch kein Thema für Sponsoring – das haben wir gerade mit unserer Suchtwoche erfahren, wo es uns trotz großen Einsatzes kaum möglich war, Geld von außen zu bekommen. Aber es geht immer wieder um die Frage des Geldes. Sie kennen die Aussage „Subventionen sind wie Drogen. Erst ist es schön, aber dann wird man davon abhängig.“ Deshalb ist es ganz wichtig, dass die Verbände Haushalte haben, in denen die Eigenmittel ausreichen, um die unverzichtbaren Aufgaben zu erfüllen. Alles Geld, das es darüber hinaus gibt, muss als zusätzlich empfunden werden und auch in zusätzliche Aufgaben gesteckt werden!

Sie wissen, dass es in punkto Geld gerade im Suchtbereich zwei grundlegende Meinungen gibt: Die AA nehmen überhaupt kein Geld an, die anderen Verbände weisen immer wieder darauf hin, dass sie Aufgaben übernehmen, die eigentlich Sozialleistungsträger oder Staat übernehmen sollten, und sie demzufolge einen Anspruch auf Förderung hätten. Ich stimme nicht dem Anspruch zu, aber förderungswürdig sind die Verbände allemal, sofern sich daraus keine Verpflichtungen ergeben. Denn das habe ich vorhin schon gesagt: Der Verband hat keine Durchgriffsmöglichkeiten. Also gilt es – wie in der Gruppe – darauf zu vertrauen, dass das Geld sinnvoll angelegt ist. (Das widerspricht nicht einem Verwendungsnachweis.).

6. Erzählen oder zählen?

Mehrfach habe ich heute schon den Begriff der „Erzählgemeinschaft“ verwendet. Ich finde, dass er sehr gut das beschreibt, was in Gruppen passiert: Ich erzähle meine Geschichte, ein Freund erzählt seine Geschichte. Wir lernen gegenseitig. Wir machen uns keine Vorschriften, wir geben uns keine Ratschläge, sondern wir hören uns in Freiheit das an, was gesagt wird und können daraus unsere Schlüsse ziehen.

Es geht also um das Erzählen.

Es geht nicht um das Zählen. Natürlich kann es nicht schaden, ein Buch darüber zu führen, wie viele Menschen heute in die Gruppe gekommen sind, und es ist auch nichts gegen eine Stichtagserhebung einzuwenden, um sich ein etwas besseres Bild davon zu machen, was aktuell Selbsthilfe im Suchtbereich ist und darstellt.

Es geht nicht um das Zählen. Selbsthilfe ist nicht Hilfe auf Gegenseitigkeit, Selbsthilfe ist keine Versicherung „Hilfst Du mir, so helfe ich Dir“, sondern Selbsthilfe ist ein Angebot, welches genutzt werden kann oder nicht.

Es geht auch nicht um das Zählen der Dienste oder um den Vergleich, wer was getan hat. Vielleicht kennen Sie das wunderschöne Buch „Hectors Reise auf der Suche nach dem Glück.“ Hector versucht eine Liste aufzustellen, wie man glücklich werden kann. Bereits die erste Regel macht deutlich: Man wird nicht glücklich, wenn man sich vergleicht. „Was in der Gruppe gesagt wird und was in der Gruppe passiert, das bleibt hier.“ Das gilt auch für die Menschen, die von uns etwas erfahren wollen. Den Sozialarbeiter, was sein Klient in der Gruppe gesagt habe; das Gesundheitsamt, welche Menschen in der Gruppe waren und so weiter.

Es geht um das Erzählen, nicht um das Zählen.

7. Qualitätssicherung und Wirksamkeitsnachweis?

Sie kennen auch das: Alles was im richtigen Leben passiert, schwappt in die Selbsthilfegruppen. Auch in den Selbsthilfegruppen gibt es Menschen, die beruflich mit Qualitätssicherung zu tun haben und dann darüber erzählen und manchmal auch auf den Gedanken kom-

men, ihr berufliches Tun auf die Selbsthilfe zu übertragen. Um es vorweg zu sagen: Wir brauchen nicht noch mehr Menschen in den Gruppen, die etwas fragen und die alles besser wissen.

Worin drückt sich die Qualität einer Gruppe aus? Es sind doch drei einfache Fragen:

1. Kommen neue Menschen in die Gruppe?
2. Kommen sie nach dem ersten Besuch wieder?
3. Welche Qualität hat die Beendigung des Gruppenbesuchs?

Dafür brauche ich weder Fragebogen noch ein Qualitätsentwicklungsprogramm.

Natürlich kann ich die Rahmenbedingungen der Gruppe verbessern: Werde ich öffentlich wahrgenommen; wird die Gruppe gut moderiert, lerne ich etwas für mich in der Gruppe?

Aber hier macht der Verband Angebote zur Fortbildung – die können angenommen werden oder nicht, aber eine Quantifizierung oder ein Gruppenvergleich ist sicherlich nicht angemessen.

Auch das ist Selbsthilfe: Gruppen schließen, wenn das Interesse nachlässt. Manchmal muss eine Gruppe schließen, um Platz für etwas Neues zu schaffen.

Zu Wirksamkeitsnachweis fällt mir das „Wunder in der Gruppe“ ein. Von Selbsthilfe muss man überzeugt sein. Man muss die Menschen erlebt haben, die voller Probleme in eine Gruppe gekommen sind, die erst trocken wurden, dann freiwillig tätig waren, dann vieles im persönlichen Bereich verändert haben und dann Dinge taten, die ihnen nicht in die Wiege gelegt waren. Und das geht bis zu den Kindern, die Berufswünsche verwirklichen, die ihnen mit einem alkoholkranken Vater nicht offen gestanden hätten.

Selbsthilfe wirkt – dafür gibt es generelle Zahlen. Selbsthilfegruppen schreiben keine Berichte – das kann dann der Verband tun. Der kann, sofern er hauptamtliche Mitarbeiter hat, dies auch qualitätsgesichert tun, aber verschonen wir die Gruppen damit.

Fazit:

Sie haben sehr viel persönliche Meinung gehört. Sie konnten bei einigen Punkten mitgehen und haben bei anderen Punkten massiv die Stirn gerunzelt. Deshalb haben Sie auch ein Recht darauf, dass ich noch ein persönliches Fazit ziehe und versuche, einen Ausblick zu geben.

Es besteht überhaupt kein Zweifel daran, dass ich ein Verfechter der Selbsthilfe in Gruppen bin und dass ich alles dafür tun werde, dass für diese Art der Gruppenarbeit ein Freiraum erhalten wird. Wenn wir diesen Freiraum beschränken, dann beschädigen wir die Arbeit, die in Gruppen, in Erzählgemeinschaften getan werden kann.

Verbände sind dafür da, Gruppen zu stärken und Rahmenbedingungen zu sichern.

Es gibt Schwierigkeiten in Gruppen und im Zusammenleben in der Gruppe. Früher – ich war schließlich mal Selbsthilfeunterstützer – habe ich gedacht, dass dann eine Intervention von außen hilfreich sein könnte. Der Meinung bin ich heute nicht mehr, denn die Erfahrungen zeigen, dass immer Menschen aus der Gruppe heraus gegangen sind. Manchmal machten sie eine neue Gruppe auf, und das Angebot verdoppelte sich. Manchmal waren beide Gruppen nicht (über)lebensfähig. Aber diese Offenheit, dass sich Dinge auch von alleine regeln, muss man sich mühsam erarbeiten – vor allen Dingen, wenn man sich vorher noch unter Erfolgsdruck gesetzt hat.

Aber da sind wir auch bei meinem persönlichen Fazit: Es geht um Offenheit. Das Merkmal der Suchterkrankung ist die Einschränkung des Blickfeldes, wie Wanke es einmal so schön formuliert hat: „Wie ein Fluss aus zahlreichen Quellen seinen Ursprung nehmen kann, dann aber einen unverwechselbaren Verlauf zeigt, bieten Abhängigkeiten eine unterschiedliche Krankheitsentstehung und münden schließlich in eine gemeinsame Endstrecke ein, in der die „typenbildende Kraft der Krankheit“ wirksam wird.“ Hier geht es nur noch um das Suchtmittel und damit verbundene Beschaffungsprobleme. Das erste, was wir in der Gruppe –

oder in der Therapie – erreichen wollen ist doch, dass wir wieder den Menschen finden, der er einmal war. Der nicht mehr nur an das Suchtmittel denkt, der andere und weitere Interessen hat. Der wieder offen wird für all das Schöne, was die Welt bietet.

Übertragen bedeutet dies, dass ich offen werde für andersartige Lebensgeschichten und Lebensentwürfe. Dass ich offen werde für unterschiedliche Wege der Problembewältigung und dass ich offen werde für alle die Entscheidungen, die andere Menschen für sich treffen.

Dass ich zulassen kann, dass jemand nicht in die Gruppe kommt, dass er nicht so lange bleibt, wie ich es gerne hätte, dass er eine neue Gruppe aufmacht – es gibt unzählige Beispiele. Ich bin aber fest davon überzeugt, dass Menschen mit einer entsprechenden Offenheit für neues Denken und Tun „Menschenfänger“ sind, dass Menschen in ihre Gruppen kommen und mit offenen Augen und Ohren, manchmal auch mit offenem Mund all das aufnehmen, was auch ihnen helfen kann.

Für all das hätte ich unzählige Beispiele. Die kann ich jetzt nicht mehr erzählen, aber Sie haben ja noch Zeit in der Gruppenarbeit.

Vor einiger Zeit stimmten die Gruppenleiter eines Verbandes darüber ab, ob eine Freundin nachmittags eine Gruppe für Menschen ohne Arbeit anbieten „dürfte“. Das ist für mich das absolute Gegenteil, der erste Sargnagel für den Verband und das Gegenteil von Selbsthilfe: Wenn jemand eine Gruppe anbieten will, dann kann er das tun und dann soll er dabei unterstützt werden. Es wird sich doch herausstellen, ob die Gruppe läuft, ob sie notwendig ist. Für die Frau war sie notwendig – und sie wird sich für den Erfolg einsetzen.

Neue Gruppen, neue Angebote – und dennoch bei sich selbst bleiben. Das ist das Kerngeschäft der Selbsthilfe.

Dafür wünsche ich Ihnen weiterhin viel Kraft!

Anschrift des Verfassers:
Rolf Hüllinghorst
c./o. DHS
Postfach 1369
59006 Hamm
Email: huellinghorst@dhs.de