

**25 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld
Jubiläumsveranstaltung am 02. Juli 2010**

**Grußwort der Schirmherrin der Veranstaltung und
Gesundheitsdezernentin der Stadt Bielefeld, Frau Anja Ritschel**

Weiter wie bisher oder alles anders? Die Zukunft der Selbsthilfe in Bielefeld

Sehr geehrte Damen und Herren,

ich bedanke mich für die Einladung und freue mich, dass ich heute bei der Jubiläumsveranstaltung „25 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld“ dabei sein darf. Gerne habe ich im Namen der Stadt Bielefeld als Gesundheitsdezernentin und Vorsitzende der Kommunalen Gesundheitskonferenz die Schirmherrschaft für diese Veranstaltung übernommen.

Runde Geburtstage sind immer ein guter Anlass für eine Auswertung „wo stehen wir, wie wird es weitergehen“. Schon vor fünf Jahren, also zum 20jährigen Bestehen der Selbsthilfe-Kontaktstelle fand dies im Rahmen einer Fachtagung statt. Da ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht in Bielefeld war, hatte Frau Steinhoff-Kemper mir einige Presseberichte zur Verfügung gestellt. Einer davon führte in das Thema ein unter dem Motto: „Hilf Dir selbst, sonst hilft Dir Keiner.“

Das finde ich ja nun wahrlich nicht zutreffend! Denn dieses Motto klingt nach Ellenbogengesellschaft und hat damit etwas Trostloses an sich. Das Gegenteil ist doch der Fall! Es geht ja nicht allein um Selbsthilfe, sondern um Selbsthilfe im Kontakt mit Anderen.

Insofern möchte ich eher mit einem Zitat des berühmten deutschen Lyrikers und Dichters Eugen Roth beginnen, der besonders für seine humoristischen Verse bekannt ist:

„Das Leiden ist schon halb geheilt, hat man es anderen mitgeteilt.“

Ein Zitat, das meines Erachtens deutlich besser zur Selbsthilfe passt. Denn darum geht es im Wesentlichen: die gegenseitige Hilfe und Förderung von Heilungsprozessen durch Kommunikation der Betroffenen untereinander, oder, insofern Heilung nicht möglich ist, das Lindern von

Leiden, die Unterstützung bei der Bewältigung von alltäglichen oder nicht-alltäglichen Besonderheiten.

Und noch einen ganz wichtigen Aspekt beinhaltet die Selbsthilfe: dass ich nämlich Verantwortung für meine Gesundheit, für meine Genesung, für mein Wohlbefinden übernehme.

Last but not least der Gedanke: sich in eine Selbsthilfegruppe zu begeben, ist ein echtes Zeichen von Stärke. Ja, Sie haben richtig gehört. Vielleicht fühle ich mich schwach, aber ich bin eben auch bereit, mir dies einzugestehen und trotzdem nicht zu resignieren, sondern aktiv zu werden. Insofern leisten Selbsthilfegruppen eine tolle Unterstützung - Viele von Ihnen werden das auch aus eigener Erfahrung wissen. Vor allem aber ist der/die Einzelne in der Gruppe nicht mehr nur Hilfesuchende/r. Er oder sie ist zugleich auch Helfer / Unterstützerin für die anderen Gruppenmitglieder. Auch hierfür gibt es ein gutes Motto: „Gemeinsam sind wir stark!“

Die Kontaktstelle feiert ihr 25jähriges Jubiläum. Ein Vierteljahrhundert!

Ein Vierteljahrhundert in dem sich viel getan hat. Die Selbsthilfe hat sich von vereinzelt Initiativen zu einem eigenständigen Pfeiler der gesundheitlichen Versorgung etabliert, der das professionelle System ergänzt, die Ressourcen der Betroffenen durch Kommunikation untereinander erschließt und Eigenverantwortung und Teilhabe stärkt. Nicht nur im Rahmen von Gesundheit und Krankheit hat Selbsthilfe einen hohen Stellenwert – auch im sozialen Bereich hat sie zunehmend an Bedeutung gewonnen.

Studien und Umfragen der letzten 20 Jahre zeigen, dass die Teilnahme an der Selbsthilfe den Betroffenen eine Verbesserung der sozialen Situation und Kompetenzsteigerungen in der Bewältigung der Krankheit oder belastenden Lebenssituation erschließt.

Die Kontaktstelle nimmt hier die Wegweiserfunktion im System der gesundheitlichen und sozialen Dienstleistungsangebote ein, verbessert die Infrastruktur für die Entstehung und Entwicklung von Selbsthilfegruppen, knüpft Netzwerke, vertritt den Ansatz eigenverantwortlicher Arbeit der Selbsthilfegruppen in der Öffentlichkeit, organisiert Fortbildungen und vieles, vieles mehr. Alles aufzuzählen würde den Rahmen eines Grußwortes sprengen und die hier Anwesenden werden sicherlich selbst am Besten wissen, was sie leisten bzw. was sie an „ihrer“ Bielefelder Kontaktstelle haben.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld gehörte mit zu den ersten professionellen Unterstützungsstellen für Selbsthilfegruppen in Nordrhein-Westfalen. 1985 wurde der Vereins BIKIS gegründet, der 1998 in der Trägerschaft des Paritätischen Landesverbands NRW aufging. 2007 entschied sich der Paritätische mit seinen eigenen Einrichtungen, das Erscheinungsbild für alle Bereiche zu vereinheitlichen.

Dies gilt auch für die Selbsthilfe-Kontaktstellen in NRW, die nun alle ihren Institutionsnamen angeglichen haben. So tritt seitdem die ehemalige BIKIS als „Selbsthilfe-Kontaktstelle –Bielefeld“ an die Öffentlichkeit. Der Abschied vom „Geburtsnamen“ BIKIS fiel – so habe ich mir sagen lassen – allen, insbesondere auch den Selbsthilfegruppen, nicht leicht. Aber letztlich kommt es ja auf den Inhalt an – und der ist genauso gut und qualifiziert wie in früheren Jahren, wenn nicht sogar durch die kontinuierliche Fortentwicklung sogar noch besser geworden.

Die Stadt Bielefeld hat den Wert professioneller Selbsthilfeunterstützung für ihre Einwohner und Einwohnerinnen früh anerkannt. Im Rahmen von Leistungsverträgen übernimmt die Stadt bis heute den größten Anteil des Haushalts der Selbsthilfe-Kontaktstelle. Weitere Förderer sind das Land NRW, die Landesverbände der Krankenkassen und der Landesverband NRW des Paritätischen. Das soll übrigens auch in Zeiten der Haushaltskonsolidierung so bleiben. Sie wissen Alle, dass die Stadt ein strukturelles Defizit von 150 Mio. € hat. Zumindest rund 45 Mio. € davon wollen wir bis zum Jahr 2014 aus eigener Kraft konsolidieren – das ist ein echter Kraftakt, der auch die Leistungsverträge tangieren wird. Aber es ist nach meiner Wahrnehmung absolut unstrittig, die Selbsthilfe-Kontaktstelle auch zukünftig in erheblichem Maße finanziell zu unterstützen. Das entspricht voll und ganz auch meiner Intention, denn die Arbeit, die hier geleistet wird, ist wichtig und unersetzlich.

Bevor wir uns jetzt von den Daten zur desaströsen kommunalen Finanzlage allzu sehr herunterziehen lassen, will ich lieber einige deutlich positivere Zahlen ansprechen. Keine Sorge: Ich möchte Sie nicht mit Statistiken langweilen. Aber ein paar wenige Zahlen will ich trotzdem nennen, denn sie sind ganz neu, beeindruckend und passen exakt zum heutigen Jubiläum:

Ganz frisch – im Juni dieses Jahres - wurde eine repräsentative Forsa-Umfrage im Auftrag der Krankenkasse DAK in Hamburg veröffentlicht. Die Kernaussage vorweg: Die Mehrheit der Deutschen hält bei Krankheiten manchmal Selbsthilfegruppen für wichtiger als Mediziner und Medizinerinnen.

Demnach finden 86 Prozent der Befragten den Erfahrungsaustausch in Selbsthilfegruppen besonders wichtig.

Fast genauso viele (nämlich 84 Prozent) meinen, dass solche Gruppen die Behandlung durch den Arzt sinnvoll ergänzen. Mehr als die Hälfte (56 Prozent) sind der Ansicht, dass die Selbsthilfe manchmal sogar wichtiger ist als Ärzte und Psychologen. Bundesweit befragt wurden immerhin 1001 Männer und Frauen.

Die Forsa-Umfrage bestätigt die Ergebnisse eines bundesweiten Gesundheitsmonitorings der Bertelsmann Stiftung aus dem Jahr 2005. Auch dort gaben über 60% der Befragten an, dass die Teilnahme an Selbsthilfegruppen positiv oder sogar sehr positiv für die Genesung und/oder die Verringerung der Probleme war.

Obwohl die Wirkungen der Selbsthilfe den Umfrageergebnissen nach so positiv beschrieben werden, nehmen dennoch gar nicht so viele Menschen, wie man vielleicht meinen könnte, an der so organisierten Selbsthilfe teil. Bundesweit haben nach dem Bertelsmann Gesundheitsmonitoring nur 4,7 % der Bevölkerung wegen ihrer eigenen Gesundheit schon mal an einer Selbsthilfegruppe teilgenommen. Im repräsentativen Bielefelder Survey „Das Gesundheitssystem in Bielefeld. Meinungen der Bielefelder Bürgerinnen und Bürger zur gesundheitlichen Versorgung“ gaben im Winter 2008/2009 nur 2,5 % an, die Selbsthilfe als Informationsquelle über Art und Qualität von Gesundheitsangeboten genutzt zu haben – weit hinter anderen Informationsquellen. Bei unserer ersten Befragung vor 10 Jahren lag der Anteil noch bei 3,5 %.

Das verwundert ein wenig, denn die Selbsthilfegruppen haben den Vorteil, das örtliche Versorgungsangebot genau zu kennen. Sie können sich darüber austauschen, was nicht so gut funktioniert oder welche komplementären Behandlungen in Frage kommen könnten. Sie können sich auch konkret ortsbezogen in das Gesundheitswesen einklinken und ihre Belange einbringen. Deshalb empfinde ich es auch als Bereicherung, dass die Selbsthilfe-Kontaktstelle Mitglied unserer Kommunalen Gesundheitskonferenz ist – unserem wichtigsten Netzwerk zur Beratung gemeinsam interessierender Fragen der gesundheitlichen Versorgung in Bielefeld. Wenn dem nicht so wäre, müsste man es umgehend beschließen!

Der örtliche Vorteil, den die Selbsthilfe bietet, leistet einen wertvollen Beitrag zu den Bielefelder Gesundheitszielen. Wie Sie vielleicht wissen wurde 2003 der erste Bielefelder Gesundheitszieleprozess in Gang gesetzt – eines von drei Zielen war und ist weiterhin die „**Bürgerinnen- und Bürgerorientierung**“. Der Vollständigkeit halber möchte ich auch die beiden anderen Gesundheitsziele nennen: **Gesundheitliche Chancengleichheit – Prävention und Gesundheitsförderung** - .

Der damals initiierte Prozess wurde inzwischen in einem sehr umfangreichen und zeitintensiven Verfahren ausgewertet. Der Abschlussbericht dazu kann bei Interesse im Internet nachgelesen werden – ebenso wie die Bevölkerungsbefragung, die ich vorhin kurz angesprochen habe.

Im Hinblick auf das Ziel **Bürgerinnen- und Bürgerorientierung** zeigte die Auswertung, dass ein hoher Bedarf an systematisch verankerter gesundheitlicher Information und Aufklärung in verschiedenen Bereichen vor Ort gesehen wird, so z.B. in Hinsicht auf die Mehrsprachigkeit vorhandener Angebote und in Bezug auf häufig auftretende Krebserkrankungen. Diesem Bedarf nachzukommen ist wohl ein klassisches Betätigungsfeld für die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld und die ihr angeschlossenen Gruppen.

Angesichts der gerade erwähnten Umfrageergebnisse für Bielefeld stellt sich allerdings die Frage, ob die Ergebnisse schon ein wenig den demografischen Faktor widerspiegeln und die aktive Selbsthilfegeneration der 80er und 90er so langsam in „die Jahre“ kommt. Ich glaube das nicht und die Zahlen der sich immer noch neu gründenden Selbsthilfegruppen sprechen auch dagegen. Aber – und das soll mein letzter Gedanke sein, sonst artet das Grußwort doch noch in ein Grundsatzreferat aus – ich glaube schon, dass sich z.B. mit dem Internet auch die Kommunikationsstrukturen in unserer Gesellschaft verändern.

In einer Gesundheitszeitschrift wird aktuell über Selbsthilfe berichtet. Und da werden die Selbsthilfegruppen genauso genannt wie Internetforen zu den jeweiligen Themen. Und Betroffene sagen, sie recherchieren gezielt im Netz nach Informationen wie z.B. alternativen Behandlungsmethoden. Hier hat sich ein gänzlich neues Feld aufgetan.

Nach meiner Überzeugung wird dies aber nicht die Selbsthilfegruppen überholen und damit die Arbeit der Selbsthilfe-Kontaktstelle überflüssig machen. Im Gegenteil!

Das Internet hat zwei entscheidende Haken: Zum einen bleibt der Kontakt in aller Regel virtuell. Das kann anfangs positiv sein, gerade wenn Betroffene noch eine große Hemmschwelle haben, sich mit ihren Problemen anderen gegenüber zu öffnen. Im Internet machen sie die Erfahrung, dass es „dort draußen“ doch noch Andere gibt, denen es ähnlich ergeht – und das macht Mut. Am Ende aber kann kein Mausklick, kein noch so gutes Forum ein persönliches Gespräch adäquat ersetzen. Das ist und bleibt das große Plus der Selbsthilfegruppen.

Dennoch sollte man die neuen technologisch geprägten Kommunikationsstrukturen nicht ausklammern, insb. weil ja auch der Anspruch besteht, jungen Leuten verstärkt das Instrument der Selbsthilfe mit ihren vielen positiven Wirkungen näherzubringen.

Zum anderen muss man sich im Internet über Eines immer im Klaren sein: Es gibt unendlich viele Informationen. Welche davon aber wirklich seriös sind, welche eigentlich eher kommerzielle Interessen verfolgen und welche schlicht Humbug sind – das ist nicht immer so schnell zu identifizieren.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle und der Paritätische gewährleisten die Qualität und Seriösität, die sich Hilfesuchende wünschen. Insofern finde ich es auch positiv, dass mit der website www.selbsthilfenetz.de ein sehr übersichtlicher Zugang zur Selbsthilfe und zu Selbsthilfegruppen vor Ort besteht. Das Internet in diesem Sinne für die Selbsthilfe zu nutzen, ist genau der richtige Ansatz.

Eines der spannenden Themen für die Diskussion des heutigen Nachmittags wird sein: Wie sieht die Zukunft aus? Denn das Motto dieser Jubiläumsveranstaltung ist ja bewusst als Frage formuliert: „Weiter wie bisher oder alles anders – Die Zukunft der Selbsthilfe in Bielefeld“.

Ich beantworte diese Frage mit einem bewussten „sowohl als auch“. Es gilt die gute Arbeit fortzuführen und gleichzeitig auf neue Entwicklungen einzugehen und diese aufzugreifen. Genau das hat die Selbsthilfe-Kontaktstelle nach meiner Wahrnehmung in den letzten 25 Jahren getan. Und deswegen kann sie heute auf 25 erfolgreiche Jahre zurückblicken. Da sollte uns um die Zukunft nicht bange sein!

Ich bedanke mich für Ihre Aufmerksamkeit und wünsche allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine erfolgreiche Veranstaltung, begleitet von interessanten und spannenden Diskussionen.